



630-012

SE Automatisk blodtrycksmätare för handled	2
DK Automatisk blodtryksmåler til håndled	8
NO Automatisk blodtryksmåler til håndleddet	14
FI Automaattinen verenpainemittari.....	20
UK Automatic Blood Pressure Monitor	26
DE Vollautomatisches Blutdruckmeßgerät	32
PL Automatyczny ciśnieniomierz do mierzenia ciśnienia w nadgarstku	38

SE

INTRODUKTION

För att du skall få ut så mycket som möjligt av din nya utrustning är det lämpligt att du läser igenom denna bruksanvisning innan du använder apparaten första gången. Var speciellt uppmärksam på säkerhetsföreskrifterna. Vi rekommenderar att du sparar bruksanvisningen för framtida bruk.

VIKTIGA SÄKERHETSFÖRESKRIFTER

- Endast för hemmabruk.
- Använd endast för dess avsedda ändamål.
- Använd inte apparaten om den inte fungerar som den ska, eller om den skadats av en kraftig stöt eller liknande.
- Armbandet får inte dras ut, vridas eller böjas.
- Använd inte apparaten på småbarn eller andra som inte kan säga till om armbandet sitter för hårt osv.
- Sänk inte ned den i vatten eller någon annan vätska.
- Använd inte apparaten i närheten av mobiltelefoner eller mikrovågsugnar, eftersom dessa avger elektromagnetisk strålning som kan påverka apparaten.
- Utsätt inte apparaten för direkt solljus, höga temperaturer, fukt, höga ljud eller frätande ämnen.
- Försök aldrig reparera apparaten själv. Om apparaten är felaktig ska den returneras till återförsäljaren. Ej auktoriserade reparationer eller ändringar på utrustningen gör garantin ogiltig. Kontakta inköpsstället för reparationer som täcks av garantin.
- Denna apparat får ej användas för att ställa medicinska diagnoser. Den lämpar sig enbart för referens. Kontakta en läkare om mätvärdena från apparaten verkar onormala.
- Följ alltid tillvägagångssättet som anges i denna bruksanvisning när mätningar görs.

Batterier

- Ta ut batterierna om apparaten inte ska användas under en längre tid.
- Byt ut batterierna direkt när de tar slut.
- Använd aldrig olika batterityper, och använd inte heller ett nytt och ett gammalt batteri samtidigt.
- Kontrollera att batterierna har rätt polaritet när de sätts i.

BESKRIVNING AV APPARATENS DELAR

1. Förvaringsask
2. CD
3. USB-sladd
4. Krage
5. Batterilucka
6. Kommunikationsuttag
7. Display
8. T-knapp
9. R-knapp
10. On/off-knapp

Symboler på displayen:

- a. Hypertoni
- b. Högt normalt
- c. Normalt
- d. Hypotoni
- e. Pulssymbol
- f. Datum
- g. Batterisymbol
- h. Tid/år
- i. Sparat mättningsnummer
- j. Puls
- k. Diastoliskt tryck
- l. Systoliskt tryck



Datumet visas med amerikanskt format.

Ordningen är MM-DD-ÅÅÅÅ. Exempelvis ska 10.12.2006 tolkas som 12 oktober 2006.

OM BLODTRYCK**Vad är blodtryck?**

När hjärtat pumpar runt blod i kroppen utsätter blodet blodkärlens väggar för tryck. Detta kallas för blodtryck.

Blodtrycket skiljer sig mellan olika delar i kroppen och beror på pulsen, hur elastiska blodkärlen är och hur tjockt blodet är.

Trycket som kan mätas när hjärtat pumpar ut blodet i kroppen kallas för systoliskt blodtryck. Trycket som kan mätas när blodet flödar tillbaka från kroppen mot hjärtat kallas för diastoliskt blodtryck.

De två blodtryckstyperna anges normalt tillsammans, med det systoliska blodtrycket först. Om blodtrycket anges som "120/70" (läses "120 över 70"), innebär det att det systoliska blodtrycket är 120 och det diastoliska är 70. Mätenheten för blodtryck är mmHg (millimeter kvicksilver).

Varför varierar blodtrycket?

Blodtrycket varierar under dagen och under en persons liv. Många olika faktorer påverkar ditt blodtryck, något du bör vara medveten om när du mäter ditt blodtryck. Var till exempel medveten om följande:

- Blodtrycket är högre under dagen än om natten.
- Blodtrycket höjs något precis efter att du har ätit. Ett högt saltintag kan också höja blodtrycket.
- Lätt motion (t.ex. promenader eller joggning) får det systoliska blodtrycket att höjas något, medan kraftig motion får det att höjas markant. Det sjunker dock igen när kroppen slappnar av. Brist på motion höjer blodtrycket permanent.
- Blodtrycket kan höjas om du är upphetsad, stressad eller spänd.
- Plötsliga klimatförändringar kan få blodtrycket att höjas.
- Det systoliska blodtrycket höjs när man blir äldre.
- Kvinnor löper större risk för förhöjt blodtryck efter klimakteriet.
- Sömnbrist, rökning, fetma, alkohol och vissa sjukdomar kan få blodtrycket att höjas.

- Bad och toalettbesök kan få blodtrycket att höjas.

När är mitt blodtryck för högt eller för lågt?

Högt blodtryck kallas även hypertoni. Lågt blodtryck kallas även hypotoni.

Tabellen nedan visar när ditt blodtryck är för högt eller för lågt.

Intervall	Systoliskt	Diastoliskt
Hypertoni	> 140 mmHg	> 90 mmHg
Högt normalt	130-139 mmHg	85-89 mmHg
Normalt	91-129 mmHg	51-84 mmHg
Hypotoni	< 90 mmHg	< 50 mmHg

Varför bör jag mäta mitt blodtryck?

Blodtrycket höjs naturligt när man blir äldre, men högt blodtryck kan också vara ett första tecken på sjukdom, att man är överviktig eller att artärerna börjar hårdna, vilket ökar risken för exempelvis blodproppar. Det är därför klokt att hålla ett öga på blodtrycket och kontakta en läkare om det verkar ovanligt högt eller lågt.

Viktigt! Får ej användas för att ställa medicinsk diagnos. Får endast användas som referens. Kontakta en läkare om dina blodtrycksvärden verkar onormala. Följ alltid tillvägagångssättet som anges i denna bruksanvisning när mätningar görs.



FÖRBEREDA APPARATEN

Sätta i batterierna

- Ta bort batteriluckan (5) genom att trycka den i pilens riktning.
- Sätt i två AAA-batterier. Kontrollera att batteripolerna är rättvända (se diagram i batterifacket). Sätt tillbaka luckan.
- Byt ut batterierna när batterisymbolen (g) visas på displayen (7).
- Varning! Om batterierna byts på kortare tid än 1 minut behöver du inte ställa in klockan igen och eventuella sparade blodtrycksmätningar (se nedan) finns kvar i apparatens minne. Om det tar mer än 1 minut att byta batterierna visar displayen alla symbolerna under ett ögonblick. Apparaten avger en kort ljudsignal och återställs. Eventuella sparade blodtrycksmätningar raderas. Displayen visar sedan den återställda tiden.

Ställa in klockan

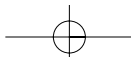
- Håll på/av-knappen (10) intryckt tills siffran för år blinkar på displayen. Använd R-knappen (9) för att ställa in året. Tryck på på/av-knappen när inställningen är korrekt.
- Om du håller knappen intryckt ändras displayen snabbare.
- Månadsnumret blinkar nu på displayen. (Observera! Apparaten visar månaden före dagen.) Ange månadsnumret på samma sätt som årsnumret, och tryck på på/av-knappen när inställningen är korrekt.
- Siffrorna för datum, timmar och minuter blinkar nu i turordning och ställs in på samma sätt som beskrivs ovan.
- Displayen visar nu datumet (f) och tid/år (h).

Förbereda för en blodtrycksmätning

- Sitt eller ligg ned i 5-10 minuter före mätningen.
- Undvik att äta, röka, motionera, bada eller dricka alkohol, kaffe eller te före mätningen.
- Gå inte på toaletten alldeles före mätningen.
- Mät inte blodtrycket om du är upphetsad, stressad eller spänd.
- Slappna av under mätningen och prata inte.

Mätning av blodtryck

- Placera armbandet (4) på en av dina handleder så att apparaten sitter på armens undersida. Dra åt kardborrbandet så att den sitter ordentligt.
 - Det spelar ingen roll om mätningen görs på vänster eller höger handled.
 - Armbandet ska sitta spänt utan att klämma.
 - Den sida av armbandet som är vänd mot handen måste vara 0,5-1 cm från handen.
- Placera armen som ska mätas på en kudde på bordet med handflatan vänd uppåt och apparaten vid ungefär samma höjd som ditt hjärta.
 - Annars kan en felaktig mätning bli följden.
- Sätt på apparaten med på/av-knappen.
- Två ljudsignaler hörs och siffran 0 blinkar på displayen. Kort därefter pumpas armbandet upp till 185 mmHg, medan trycket hela tiden visas på displayen.
- Apparaten surrar när armbandet pumpas upp.
- När armbandet har pumpats upp till 185 mmHg sjunker siffran igen och blodtrycksmätningen inleds.
 - Apparaten avger ett antal ljudsignaler när mätningen görs.
 - Pulsen mäts också och pulssymbolen (e) visas på displayen.
 - Armbandet pumpas upp automatiskt om trycket är för lågt.
- När blodtrycksmätningen är färdig hörs en lång ljudsignal och displayen visar det systoliska trycket (l), det diastoliska trycket (k), pulsen (j) och tiden.
- En symbol visas även för det intervall som det uppmätta blodtrycket ligger inom: hypotoni (d), normalt (c), högt normalt (b) eller hypertoni (a).
- Resultatet visas på displayen i cirka 3 minuter och sparas sedan automatiskt.
- Resultatet sparas även om du trycker på på/av-knappen. Två ljudsignaler hörs.
- Resultatet raderas från displayen när det har sparats.
- Om du behöver göra flera mätningar bör du vänta 5-10 minuter mellan varje mätning.
- Varning! En enda mätning säger ingenting om ditt hälsotillstånd. Det kan du endast få en antydan om efter ett flertal mätningar.



Spara och överföra mätningar

- Apparaten kan spara 80 mätningar. Den senaste mätningen sparas alltid som nummer 01 i minnet. Äldre mätningar flyttas neråt i ordningen efterhand som nya mätningar sparas, och raderas när minnet är fullt.
- Anslut den medföljande USB-sladden (3) till kommunikationssuttaget (6) för att överföra data till en dator. Därefter kan data visas och bearbetas med programvaran som finns på CD-skivan (2). Se bruksanvisningen till programvaran på CD-skivan.

Visa sparade blodtrycksmätningar

- Tryck på R-knappen för att visa sparade mätningar.
- Den första sparade mätningen (01) visas i ung. 4 sekunder. Displayen visar all information om mätningen tillsammans med mätningens nummer (i).
- Tryck upprepade gånger på R-knappen för att visa alla efterföljande mätningar. Håll knappen intryckt för att bläddra igenom mätningarna. Mättningsnumret visas alltid.
- o Du kan även trycka på T-knappen (8) för att snabbt bläddra igenom sparade mätningar.
- Apparaten ändrar automatiskt tillbaka till tidsvisningen.

Radera sparade blodtrycksmätningar

- Ta ur batterierna och vänta 2 - 3 minuter. Sätt tillbaka batterierna. Nu är minnet tomt.
- o Kom ihåg att ställa klockan igen.

FELMEDDELANDEN

Apparaten registrerar eventuella problem och visar följande felmeddelanden på displayen:

Felmeddelande	Betydelse	Orsak	Lösning
ER-1	Fel vid pumpning	1. Armbandet har inte satts fast korrekt. 2. Armbandet är trasigt. 3. Pumpen eller ventilerne är defekta.	1. Sätt fast armbandet korrekt. 2. Kontakta återförsäljaren. 3. Kontakta återförsäljaren.
ER-2	Störningar eller oljud under mätning	1. Användaren flyttar sig eller talar under mätningen. 2. Användaren är för nervös.	1. Användaren måste sitta still och avstå från att tala under mätningen. 2. Ta hjälp av en läkare för att mäta blodtrycket.
ER-3	Fel vid tömning av armbandet	1. Ventilerne är defekta. 2. Armbandet har inte satts fast korrekt.	1. Kontakta återförsäljaren. 2. Sätt fast armbandet korrekt.
ER-4	Onormal mätning	Användaren kan ha problem med hjärtat.	Kontakta en läkare.
HI (hög)	Trycket i armbandet är för högt.	Luftslangen är blockerad, pumpmekanismen är defekt eller tryckövervakaren är defekt.	Prova att göra en ny mätning eller kontakta återförsäljaren.
Batterisymbol	Batterierna är urladdade	Batterierna är nästan slut.	Byt ut batterierna.

FÖRVARING

När apparaten inte används ska den förvaras i den medföljande förvaringslådan (1). Förvara apparaten på en torr, sval plats. Ta ut batterierna om apparaten inte ska användas under en längre tid.

RENGÖRING

När du rengör apparaten bör du tänka på följande:

- Använd en torr, mjuk trasa för att rengöra apparaten.
- Armbandets kan rengöras med en fuktig trasa och lite rengöringsmedel.
- Använd inte starka, rätande eller slipande rengöringsmedel för att rengöra apparaten, eftersom sådana medel kan repa höljet.

INFORMATION OM KASSERING OCH ÅTERVINNING AV DENNA PRODUKT

Lägg märke till att denna Adexi-produkt är märkt med följande symbol: 

Det innebär att denna produkt inte får kasseras ihop med vanligt hushållsavfall eftersom avfall som utgörs av eller innehåller elektriska eller elektroniska delar måste kasseras separat.

Direktivet om avfall som utgörs av eller innehåller elektriska eller elektroniska delar kräver att varje medlemsstat vidtar åtgärder för korrekt insamling, återvinning, hantering och materialåtervinning av sådant avfall. Privata hushåll inom EU kan utan kostnad återlämna sin använda utrustning till angivna insamlingsplatser. I en del medlemsländer kan man i vissa fall returnera den använda utrustningen till återförsäljaren när man köper ny utrustning. Kontakta din återförsäljare, distributör eller lokala myndighet för ytterligare information om hantering av avfall som utgörs av eller innehåller elektriska eller elektroniska delar.

GARANTIVILLKOR

Garantin gäller inte om:

- ovanstående instruktioner inte följs
- apparaten har modifierats
- apparaten har blivit felhanterad, utsatts för vårdslös behandling eller fått någon form av skada.

Då vi ständigt utvecklar våra produkter i fråga om funktion och design förbehåller vi oss rätten till ändringar av våra produkter utan föregående meddelande.

IMPORTÖR

Adexi Group

www.adexi.se

Adexi ansvarar inte för eventuella tryckfel.

DK

INTRODUKTION

For at du kan få mest mulig glæde af dit nye apparat, beder vi dig gennemlæse denne brugsanvisning, før du tager apparatet i brug. Vær særligt opmærksom på sikkerhedsforanstaltningerne. Vi anbefaler dig desuden at gemme brugsanvisningen, hvis du senere skulle få brug for at genopfriske apparatets funktioner.

VIGTIGE SIKKERHEDSFORANSTALTNINGER

- Apparatet er udelukkende beregnet til husholdningsbrug.
- Brug kun apparatet til det, det er beregnet til.
- Brug ikke apparatet, hvis det ikke fungerer korrekt, eller hvis det f.eks. er blevet beskadiget pga. kraftige slag el. lign.
- Manchetten må ikke strækkes, vrides eller bøjes.
- Brug ikke apparatet til målinger på spædbørn eller andre, der ikke kan kommunikere og derfor ikke kan meddele, om manchetten f.eks. sidder for stramt.
- Apparatet må ikke nedsænkes i vand eller andre former for væske.
- Brug ikke apparatet i nærheden af mobiltelefoner eller mikrobølgeovne, da disse apparater udsender elektromagnetisk stråling, der kan påvirke blodtryksmålingen.
- Udsæt ikke apparatet for direkte sollys, høje temperaturer, fugt, støv eller ætsende stoffer.
- Forsøg aldrig at reparere apparatet selv. Hvis apparatet er defekt, skal det indleveres til forhandleren. Hvis der foretages uautoriserede indgreb i apparatet, bortfalder garantien. Kontakt købsstedet, hvis der er tale om en defekt der falder ind under garantien.
- Apparatet må ikke bruges til at stille medicinske diagnoser med, men må kun bruges som reference. Søg læge, hvis blodtryksmålingerne virker unormale.
- Følg altid den beskrevne procedure i denne brugsanvisning, når du foretager målinger.

Batterier

- Tag batterierne ud af apparatet, hvis det ikke skal bruges i længere tid.
- Udskift batterierne med det samme, når de er brugt op.
- Brug aldrig forskellige typer batterier eller et nyt og et gammelt batteri samtidig.
- Sørg for, at batterierne vender rigtigt, når du sætter dem i apparatet.

OVERSIGT OVER APPARATETS DELE

1. Opbevaringsboks
2. Cd
3. USB-kabel
4. Manchet
5. Batteridæksel
6. Kommunikationsstik
7. Display
8. T-knap
9. R-knap
10. Tænd/sluk-knap

Symboler på displayet

- a. Hypertension
- b. Høj normal
- c. Normal
- d. Hypotension
- e. Pulssymbol
- f. Dato
- g. Batterisymbol
- h. Klokketæt/år
- i. Nummer på gemt måling
- j. Puls
- k. Diastolisk tryk
- l. Systolisk tryk



Datoen vises i amerikansk datoformat.

Rækkefølgen er MM-DD-ÅÅÅÅ. For eksempel skal 10.12.2006 læses som 12. oktober 2006.

OM BLODTRYK**Hvad er blodtryk?**

Når hjertet pumper blodet rundt i kroppen, udøver blodet et tryk på blodkarrenes vægge. Dette tryk kaldes blodtrykket. Blodtrykket er forskelligt i forskellige dele af kroppen og afhænger bl.a. af pulsen, hvor elastiske blodkarrene er, og hvor tykflydende blodet er. Det tryk, der kan måles, når hjertet pumper blodet ud i kroppen, kaldes det systoliske blodtryk. Det tryk, der kan måles, når blodet løber tilbage fra kroppen mod hjertet, kaldes det diastoliske blodtryk. De to typer blodtryk nævnes som regel sammen, og det systoliske blodtryk nævnes altid først. Hvis blodtrykket angives til "120/70" (udtales "120 over 70"), betyder det, at det systoliske blodtryk er 120, og det diastoliske er 70. Måleenheden for blodtryk er mmHg (millimeter kviksølv).

Hvorfor varierer blodtrykket?

Blodtrykket varierer i løbet af døgnet og hele livet. Mange forskellige faktorer påvirker dit blodtryk, hvilket du bør være opmærksom på, når du bruger apparatet. Vær f.eks. opmærksom på følgende:

- Blodtrykket er højere om dagen end om natten.
- Blodtrykket stiger lidt, når du lige har spist. Meget salt i maden kan også øge blodtrykket.
- Let motion (f.eks. gang og jogging) får det systoliske blodtryk til at stige lidt, mens hård træning får det til at stige drastisk. Det falder dog igen, når kroppen slapper af. Mangel på motion hæver blodtrykket permanent.
- Blodtrykket kan stige, hvis du er ophidset, stresset eller anspændt.
- Pludselige klimaaendringer kan få blodtrykket til at stige.
- Det systoliske tryk stiger med alderen.
- Kvinder har større risiko for forhøjet blodtryk efter overgangsalderen.
- Søvnmangel, rygning, fedme, alkohol og visse sygdomme får blodtrykket til at stige.
- Bad og toiletbesøg kan hæve blodtrykket.

Hvornår er mit blodtryk for højt eller lavt?

Forhøjet blodtryk kaldes også hypertension. Nedsat blodtryk kaldes også hypotension. På nedenstående skema kan du se, hvornår dit blodtryk er for højt eller lavt.

Område	Systolisk	Diastolisk
Hypertension	> 140 mmHg	> 90 mmHg
Høj normal	130-139 mmHg	85-89 mmHg
Normal	91-129 mmHg	51-84 mmHg
Hypotension	< 90 mmHg	< 50 mmHg

Hvorfor skal jeg måle mit blodtryk?

Blodtrykket stiger naturligt i takt med, at man bliver ældre, men forhøjet blodtryk kan også være det første tegn på sygdom, overvægt eller på, at arterierne er ved at stivne, hvilket øger risikoen for bl.a. blodpropper. Det er derfor en god idé at holde øje med blodtrykket og søge læge, hvis det virker usædvanligt højt eller lavt.

Vigtigt! Apparatet må ikke bruges til at stille medicinske diagnoser, men må kun anvendes som reference. Søg læge, hvis blodtryksmålingerne virker unormale. Følg altid den beskrevne procedure i denne brugsanvisning, når du foretager målinger.

KLARGØRING AF APPARATET**Isætning af batterier**

- Afmonter batteridækslet (5) ved at skubbe det i pilens retning.
- Isæt to AAA-batterier. Sørg for, at batterierne vender korrekt (se tegningen i batterirummet). Sæt batteridækslet på igen.
- Udskift batterierne, når batterisymbolet (g) vises på displayet (7).
- Bemærk! Hvis batterierne udskiftes på under 1 minut, behøver du ikke indstille uret igen, og eventuelle gemte blodtryksmålinger (se nedenfor) er stadig gemt i apparatets hukommelse. Hvis batteriskiftet tager mere end 1 minut, viser displayet samtlige symboler et øjeblik. Apparatet afgiver et kort bip og nulstilles. Eventuelle gemte blodtryksmålinger slettes. Displayet viser herefter det nulstillede klokkeslæt.

Indstilling af uret

- Hold tænd/sluk-knappen (10) nede, til årstallet blinker på displayet. Brug R-knappen (9) til at indstille årstallet, og tryk på tænd/sluk-knappen, når det er indstillet korrekt.
- Hvis du holder R-knappen inde, skifter årstallet hurtigere.
- Månedstallet blinker nu på displayet. (Bemærk! Apparatet viser måneden før datoen). Indstil månedstallet på samme måde som årstallet, og tryk på tænd/sluk-knappen, når det er indstillet korrekt.
- Datoen, timetallet og minuttallet blinker nu efter tur og indstilles på samme måde som beskrevet ovenfor.
- Displayet viser nu dato (f) og klokkeslæt/år (h).

BETJENING AF APPARATET**Forberedelse til blodtryksmåling**

- Sid eller lig ned i 5-10 minutter inden målingen.
- Undgå at spise, ryge, træne, bade eller drikke alkohol, kaffe eller te inden målingen.
- Gå ikke på toilettet umiddelbart inden målingen.
- Foretag ikke blodtryksmålinger, hvis du er stresset, ophidset eller anspændt.
- Slap af under målingen, og undlad at tale.

Blodtryksmåling

- Placer manchetten (4) på dit ene håndled, så apparatet sidder på undersiden af armen, og fastgør den med velcroremmen.
 - o Det er lige meget, om du måler på venstre eller højre håndled.
 - o Manchetten skal sidde stramt til, men ikke klemme.
 - o Den side af manchetten, der vender mod hånden, skal være 0,5-1 cm fra hånden.
- Læg den arm, der skal måles på, på en pude på bordet med håndfladen opad og apparatet i omtrent samme højde som dit hjerte.
- Hvis du ikke gør dette, kan blodtryksmålingerne blive for høje.
- Tryk på tænd/sluk-knappen.
- Der lyder to bip, og tallet 0 blinker på displayet. Kort efter pumpes manchetten op til cirka 185 mmHg, mens trykket løbende vises på displayet.
- Apparatet brummer, mens manchetten pumpes op.
- Når manchetten er pumpet op til 185 mmHg, falder det viste tal igen, og blodtryksmålingen starter.
 - o Apparatet afgiver en række bip, mens målingen foregår.
 - o Pulsen måles også, og pulssymbolet (e) vises på displayet.
 - o Manchetten pumpes automatisk op, hvis trykket er for lavt.
- Når blodtryksmålingen er gennemført, lyder der et langt bip, og displayet viser det systoliske tryk (l), det diastoliske tryk (k), pulsen (j) samt klokkeslættet.
- Der vises desuden et symbol for, hvilket område det målte blodtryk hører under: hypotension (d), normal (c), høj normal (b) eller hypertension (a).
- Resultatet vises på displayet i cirka 3 minutter og gemmes herefter automatisk.
 - o Hvis du trykker på tænd/sluk-knappen, gemmes det også, og der lyder to bip.
 - o Resultatet slettes fra displayet, når det er gemt.
- Hvis du skal foretage flere målinger, skal du vente 5-10 minutter mellem hver måling.

- o Bemærk! En enkelt måling siger ikke noget om din helbredstilstand. Du kan først få et overblik over denne efter en række målinger.

Lagring og overførsel af blodtryksmålinger

- Apparatet kan opbevare 80 blodtryksmålinger. Den nyeste måling gemmes altid som nummer 01 i hukommelsen. Ældre målinger flyttes længere ned i hukommelsen, når nye målinger gemmes, og de slettes, når hukommelsen er fuld.
- Hvis det medfølgende USB-kabel (3) sættes i kommunikationsstikket (6), kan dataene overføres fra apparatet til en computer. Dataene kan herefter vises og bearbejdes med den software, der medfølger på cd'en (2). Vejledning til softwaren findes på cd'en.

Visning af gemte blodtryksmålinger

- Tryk på R-knappen for at få vist gemte blodtryksmålinger.
- Den første gemte måling (nummer 01) vises i cirka 4 sekunder. Displayet viser samtlige data for målingen samt målingens nummer (i).
- Tryk gentagne gange på R-knappen for at få vist de følgende målinger. Hold knappen nede for at bladre hurtigt gennem målingerne. Målingens nummer vises hele tiden.
- o Du kan også trykke på T-knappen (8) for hurtigt at bladre gennem de gemte blodtryksmålinger.
- Apparatet skifter automatisk tilbage til klokkeslætsvisning.

Sletning af gemte blodtryksmålinger

- Tag batterierne ud af apparatet, og vent 2 til 3 minutter. Sæt batterierne i igen. Apparatets hukommelse er nu ryddet.
- o Husk at indstille uret igen.

FEJLMEDDELELSER

Apparatet registrerer eventuelle problemer og viser følgende fejlmeddelelser på displayet:

Fejlmeddelelse	Betydning	Årsag	Løsning
ER-1	Fejl under oppumpning	1. Manchetten er ikke fastgjort korrekt. 2. Manchetten er i stykker. 3. Pumpen eller ventilerne er defekte.	1. Fastgør manchetten korrekt. 2. Kontakt forhandleren. 3. Kontakt forhandleren.
ER-2	Forstyrrelser eller støj under måling	1. Brugeren bevæger sig eller taler under målingen. 2. Brugeren er for nervøs.	1. Brugeren skal sidde stille og undlade at tale under målingen. 2. Få taget en blodtryksmåling hos en læge.
ER-3	Fejl under tømning af manchet	1. Ventilerne er defekte. 2. Manchetten er ikke fastgjort korrekt.	1. Kontakt forhandleren. 2. Fastgør manchetten korrekt.
ER-4	Unormal måling	Brugeren har muligvis et hjerteproblem.	Søg læge.
HI	Trykket i manchetten er for højt.	Luftslangen er blokeret, pumpemekanismen er defekt, eller trykmåleren er defekt.	Forsøg at foretage en måling igen, eller kontakt forhandleren.
Batterisymbol	Flade batterier	Batterierne er næsten brugt op.	Udskift batterierne.

OPBEVARING

Når apparatet ikke er i brug, bør den opbevares i den medfølgende opbevaringsboks (1). Opbevar apparatet tørt og ikke for varmt. Tag batterierne ud af apparatet, hvis den ikke skal bruges i længere tid.

RENGØRING

Ved rengøring af apparatet bør du være opmærksom på følgende punkter:

- Brug en tør, blød klud til rengøring af apparatet.
- Manchetten kan rengøres med en fugtig klud tilsat lidt rengøringsmiddel.
- Du må ikke bruge stærke, ætsende eller slibende rengøringsmidler til rengøring af apparatets overflade, da disse rengøringsmidler kan ridse fladen.

OPLYSNINGER OM BORTSKAFFELSE OG GENBRUG AF DETTE PRODUKT

Bemærk, at dette Adexi-produkt er forsynet med dette symbol: 

Det betyder, at produktet ikke må kasseres sammen med almindeligt husholdningsaffald, da elektrisk og elektronisk affald skal bortskaffes særskilt.

I henhold til WEEE-direktivet skal hver medlemsstat sikre korrekt indsamling, genvinding, håndtering og genbrug af elektrisk og elektronisk affald. Private husholdninger i EU kan gratis aflevere brugt udstyr på særlige genbrugsstationer. I visse medlemsstater kan du i visse tilfælde returnere det brugte udstyr til den forhandler, du købte det af på betingelse af, at du køber nyt udstyr. Kontakt forhandleren, distributøren eller de kommunale myndigheder for at få yderligere oplysninger om, hvordan du skal håndtere elektrisk og elektronisk affald.

GARANTIBESTEMMELSER

Garantien gælder ikke:

- hvis ovennævnte ikke iagttages
- hvis der har været foretaget uautoriserede indgreb i apparatet
- hvis apparatet har været misligholdt, udsat for en voldsom behandling eller lidt anden form for overlast

Da vi hele tiden udvikler vores produkter på funktions- og designsiden, forbeholder vi os ret til at foretage ændringer i produktet uden forudgående varsel.

IMPORTØR

Adexi Group

www.adexi.dk

Vi tager forbehold for trykfejl

NO

INNLEDNING

For å få mest mulig glede av det nye apparatet ber vi deg lese nøye gjennom denne bruksanvisningen før bruk. Legg spesielt merke til sikkerhetsreglene. Vi anbefaler også at du tar vare på bruksanvisningen, slik at du kan slå opp i den ved senere anledninger.

VIKTIGE SIKKERHETSREGLER

- Apparatet er kun beregnet til bruk i private husholdninger.
- Apparatet må ikke brukes til andre formål enn det er beregnet for.
- Apparatet må ikke brukes hvis det ikke fungerer som det skal, eller dersom det er skadet etter støt eller lignende.
- Mansjetten må ikke strekkes, vris eller bøyes.
- Må ikke brukes på babyer eller andre som ikke kan si fra hvis mansjetten er for stram e.l.
- Legg aldri apparatet i vann eller annen form for væske.
- Ikke bruk apparatet i nærheten av mobiltelefoner eller mikrobølgeovner, da disse sender ut elektromagnetisk stråling som kan påvirke apparatet.
- Ikke utsett apparatet for direkte sollys, høye temperaturer, fuktighet, støt eller etsende stoffer.
- Prøv aldri å reparere apparatet selv. Returner apparatet til forhandleren dersom det har feil. Uautoriserte reparasjoner eller endringer på apparatet vil føre til at garantien ikke gjelder lenger. Kontakt forretningen der du kjøpte apparatet ved garantireparasjoner.
- Dette apparatet må ikke brukes til å stille medisinske diagnoser. Det skal kun brukes som en veiledning. Oppsøk legen din hvis blodtrykksmålingene virker unormale.
- Følg alltid den angitte prosedyren i bruksanvisningen når du foretar målinger.

Batterier

- Ta ut batteriet hvis apparatet ikke skal brukes i en lengre periode.
- Skift batteriene umiddelbart når de er tomme.
- Bruk aldri forskjellige typer batterier eller ett nytt og ett gammelt batteri.
- Påse at du legger batteriene i riktig vei.

APPARATETS HOVEDDELER

1. Oppbevaringsboks
2. CD
3. USB-kabel
4. Krage
5. Batterideksel
6. Kommunikasjonsstøpsel
7. Display
8. T-knapp
9. R-knapp
10. Av/på-knapp

Displaysymboler:

- a. Hypertensjon
- b. Høyt-normalt blodtrykk
- c. Normalt blodtrykk
- d. Hypotensjon
- e. Pulssymbol
- f. Dato
- g. Batterisymbol
- h. Klokkeslett/år
- i. Lagret målingstall
- j. Puls:
- k. Diastolisk blodtrykk
- l. Systolisk blodtrykk

Datoen vises i amerikansk datoformat.

Rekkefølgen er MM-DD-ÅÅÅÅ. For eksempel skal 10.12.2006 leses som 12. oktober 2006.



OM BLODTRYKK**Hva er blodtrykk?**

Når hjertet pumper blodet rundt i kroppen, trykker blodet på veggene i blodkarene. Dette er det vi kaller blodtrykk.

Blodtrykket er forskjellig i ulike deler av kroppen og avhenger av pulsfrekvensen, elastisiteten i blodkarene og tykkelsen på blodet. Blodtrykket som måles når hjertet pumper blodet ut i kroppen, kalles systolisk blodtrykk. Blodtrykket som måles når blodet returnerer til hjertet fra kroppen, kalles diastolisk blodtrykk.

Vi refererer vanligvis til de to blodtrykkstypene samtidig, og det systoliske blodtrykket oppgis først. Hvis blodtrykket oppgis som "120/70" ("120 over 70"), betyr det at det systoliske blodtrykket er 120 og det diastoliske er 70. Måleenheten for blodtrykk er mmHg (millimeter kvikksølv).

Hvorfor varierer blodtrykket?

Blodtrykket varierer i løpet av en dag og det endrer seg i løpet av en persons liv. Det er mange ulike faktorer som påvirker blodtrykket, og det bør du være klar over når du foretar målinger. Vær spesielt oppmerksom på følgende:

- Blodtrykket er høyere om dagen enn om natten.
- Blodtrykket øker noe rett etter at du har spist. Høyt saltinnhold i maten kan også føre til økt blodtrykk.
- Lett mosjon (for eksempel gåing og jogging) fører til en lett økning i det systoliske blodtrykket, mens hard mosjon fører til en dramatisk økning i det systoliske blodtrykket. Det vil imidlertid synke igjen når kroppen slapper av. Mangel på mosjon fører til en vedvarende økning i blodtrykket.
- Blodtrykket kan øke hvis du er oppstemt, stresset eller anspent.
- Plutselige klimaendringer kan føre til at blodtrykket øker.
- Det systoliske blodtrykket øker med alderen.
- Kvinner har større risiko for økt blodtrykk etter overgangsalderen.
- For lite søvn, røyking, overvekt, alkohol og visse sykdommer fører til økt blodtrykk.
- Når du bader eller går på toalettet, kan blodtrykket øke.

Når er blodtrykket for høyt eller for lavt?

Høyt blodtrykk kalles også hypertensjon. Lavt blodtrykk kalles også hypotensjon. I tabellen nedenfor ser du verdiene for for høyt eller for lavt blodtrykk.

Kategori	Systolisk	Diastolisk
Hypertensjon	> 140 mmHg	> 90 mmHg
Høyt-normalt blodtrykk	130–139 mmHg	85–89 mmHg
Normalt blodtrykk	91–129 mmHg	51–84 mmHg
Hypotensjon	< 90 mmHg	< 50 mmHg

Hvorfor skal blodtrykket måles?

Blodtrykket øker naturlig med alderen, men høyt blodtrykk kan også være tidlige tegn på sykdom, overvekt eller at blodårene blir trange, som bl.a. øker risikoen for blodpropp. Det er derfor lurt å måle blodtrykket og oppsøke lege hvis det er unormalt høyt eller lavt.

Viktig! Må ikke brukes til å stille medisinske diagnoser. Må kun brukes som en veiledning. Oppsøk legen din hvis blodtrykksmålingene virker unormale. Følg alltid den angitte prosedyren i bruksanvisningen når du foretar målinger.

KLARGJØRING AV APPARATET**Sette i batteriene**

- Fjern batteridekselet (5) ved å skyve det i pilens retning.
- Sett i to AAA-batterier. Kontroller at batteriene ligger riktig vei (se diagrammet i batterirommet.) Sett på dekselet igjen.
- Batteriene skal skiftes når batterisymbolet (g) vises i displayet (7).
- Forsiktig! Hvis du bruker mindre enn ett minutt på å skifte batteriene, slipper du å stille klokken på nytt, og lagrede blodtrykksmålinger (se nedenfor) bevares i minnet. Hvis du har brukt mer enn ett minutt på å skifte batteriene, vil alle symbolene vises i displayet et lite øyeblikk. Apparatet avgir et kort pip og nullstilles. Alle lagrede blodtrykksmålinger slettes. Deretter vises det nullstilte klokkeslettet i displayet.

Stille klokken

- Trykk på og hold inne av/på-knappen (10) til årstallet blinker i displayet. Bruk R-knappen (9) til å stille inn årstallet. Trykk på av/på-knappen når innstillingene er riktige.
- Hvis du holder knappen inne, endres displayet raskere.
- Nå blinker måneden i displayet. (Vær oppmerksom på følgende: Apparatet viser måneden for datoen.) Still måneden på samme måte som årstallet, og trykk deretter på av/på-knappen når den er riktig innstilt.
- Datoen, timetallet og minuttallet blinker nå i denne rekkefølgen og stilles på samme måten som beskrevet ovenfor.
- Nå vises datoen (f) og klokkeslettet/årstallet (h) i displayet.

BRUK AV APPARATET

Forberedelser før en blodtrykksmåling

- Sitt eller ligg i 5–10 minutter før målingen.
- Unngå å spise, røyke, mosjonere, bade eller drikke alkohol, kaffe eller te før målingen.
- Ikke gå på toalettet rett før målingen.
- Ikke foreta en blodtrykksmåling hvis du er oppstemt, stresset eller anspent.
- Slapp av under målingen og ikke snakk.

Blodtrykksmåling

- Fest mansjetten (4) på ett av håndleddene slik at apparatet er på undersiden av armen, og stram den med borrelåsstroppen.
- Det spiller ingen rolle om du foretar målingen på høyre eller venstre håndledd.
- Mansjetten skal være stram, men ikke presse.
- Mansjetten skal være festet 0,5–1 cm fra hånden.
- Legg armen som måles på en pute på bordet med håndflaten oppover. Apparatet skal være i omtrent samme høyde som hjertet.
- Hvis dette ikke gjøres, kan målingen bli unøyaktig.
- Slå på apparatet ved hjelp av av/på-knappen.
- Du hører to pip og tallet 0 blinker i displayet. Deretter pumpes mansjetten opp til 185 mmHg mens trykket hele tiden vises i displayet.
- Apparatet avgir en summelyd når mansjetten pumpes opp.
- Når mansjetten er pumpet opp til 185 mmHg, synker tallet i displayet og blodtrykksmålingen starter.
- Apparatet avgir flere pipelyder under selve målingen.
- Pulsen måles også, og pulssymbolet (e) vises i displayet.
- Mansjetten pumpes automatisk opp hvis trykket i den er for lavt.
- Når blodtrykket er målt, avgis et langt pip, og deretter vises det systoliske blodtrykket (l), det diastoliske blodtrykket (k), pulsen (j) og klokkeslettet i displayet.
- Symbolet for kategorien som blodtrykket faller inn under, vises også: hypotensjon (d), normalt blodtrykk (c), høyt-normalt blodtrykk (b) eller hypertensjon (a).
- Resultatene vises i displayet i ca. 3 minutter og lagres deretter automatisk.
- Resultatene lagres også dersom du trykker på av/på-knappen. Du hører to pip.
- Resultatet slettes fra displayet når det lagres.
- Hvis du vil foreta flere målinger, bør du vente 5–10 minutter mellom hver av målingene.

- o Forsiktig! En enkelt måling sier ingenting om helsetilstanden din. Først etter flere målinger vil du få et mer korrekt bilde av helsetilstanden.

Lagre og overføre målinger

- Apparatet kan lagre 80 målinger. Den nyeste målingen lagres alltid som nummer 01 i minnet. Eldre målinger flyttes nedover på listen når nye lagres, og slettes når minnet er fullt.
- Koble den medfølgende USB-kabelen (3) til kommunikasjonsstøpelet (6) for å overføre data til en datamaskin. Data kan dermed vises og behandles ved hjelp av programvaren på medfølgende CD (2). Les bruksanvisningen for programvaren på CD-en.

Vise lagrede blodtrykksmålinger

- Trykk på R-knappen for å vise lagrede målinger.
- Den første lagrede målingen (01) vises i ca. 4 sekunder. Alle data for målingen samt målingstallet (i) vises i displayet.
- Trykk på R-knappen gjentatte ganger for å se alle etterfølgende målinger. Trykk på og hold inne knappen for å bla gjennom målingene. Målingstallet vises hele tiden.
- o Du kan også trykke på T-knappen (8) hvis du vil bla fort gjennom de lagrede målingene.
- Apparatet går automatisk tilbake til klokkeslettvisning.

Slette lagrede blodtrykksmålinger

- Ta ut batteriene og vent i 2–3 minutter. Sett inn batteriene på nytt. Minnet er nå slettet.
- o Husk å stille inn klokken på nytt.

FEILMELDINGER

Apparatet registrerer eventuelle problemer, og følgende feilmeldinger kan vises i displayet:

Felmeddelande	Betydelse	Orsak	Lösning
ER-1	Feil under pumping	1. Mansjetten er ikke festet på riktig måte. 2. Mansjetten er ødelagt. 3. Pumpen eller ventilene er ødelagt.	1. Fest mansjetten på riktig måte. 2. Ta kontakt med forhandleren. 3. Ta kontakt med forhandleren.
ER-2	Forstyrrelser eller støy under måling	1. Brukeren beveger på seg eller snakker under målingen. 2. Brukeren er for nervøs.	1. Brukeren må sitte stille og ikke snakke under målingen. 2. Foreta målingen hos en ege.
ER-3	Feil under tømning av mansjett	1. Ventilene er ødelagt 2. Mansjetten er ikke festet på riktig måte.	1. Ta kontakt med forhandleren. 2. Fest mansjetten på riktig måte.
ER-4	Unormal måling	Det kan være et hjerteproblem.	Oppsøk legen din.
HI	For høyt trykk i mansjetten	Luftslangen er blokkert, pumpemekanismen er ødelagt eller trykkmåleren er ødelagt.	Prøv å foreta en ny måling, eller ta kontakt med forhandleren.
Batterisymbol	Tomme batterier	Batteriene er nesten tomme.	Skift batteriene.

OPPBEVARING

Når apparatet ikke er i bruk, bør det lagres i oppbevaringsboksen (1) som følger med. Lagres på et tørt og kjølig sted. Ta ut batteriene hvis apparatet ikke skal brukes i en lengre periode.

RENGJØRE APPARATET

Ved rengjøring av apparatet bør du være oppmerksom på følgende:

- Bruk en myk, tørr klut til å rengjøre apparatet.
- Mansjetten kan rengjøres ved å bruke en fuktig klut tilsatt litt rengjøringsmiddel.
- Ikke bruk sterke, etsende eller slipende rengjøringsmidler når du rengjør apparatet, da disse kan lage riper i overflaten.

INFORMASJON OM AVHENDING OG RESIRKULERING AV PRODUKTET

Legg merke til at dette Adexi-produktet er merket med følgende symbol: 

Det betyr at dette produktet ikke må avhendes sammen med vanlig husholdningsavfall, da elektrisk og elektronisk avfall skal avhendes separat.

I henhold til WEEE-direktivet må det enkelte medlemslandet sørge for riktig innsamling, gjenvinning, håndtering og resirkulering av elektrisk og elektronisk avfall. Private husholdninger i EU kan levere brukt utstyr til spesielle resirkuleringsstasjoner vederlagsfritt. I noen medlemsland kan det ved kjøp av nytt utstyr være mulig å levere brukt utstyr til forhandleren som solgte det. Ta kontakt med forhandleren, distributøren eller offentlige myndigheter for ytterligere informasjon om hva du skal gjøre med elektrisk og elektronisk avfall.

GARANTIBETINGELSER

Garantien gjelder ikke

- Hvis instruksjonene over ikke følges
- hvis det er foretatt uautoriserte inngrep på apparatet
- hvis apparatet er brukt feil, har vært utsatt for hardhendt behandling eller fått noen annen form for skade.

På grunn av at vi hele tiden utvikler funksjonen og utformingen på produktene våre, forbeholder vi oss retten til å endre produktet uten forvarsel.

IMPORTØR

Adexi Group

www.adexi.eu

Vi er ikke ansvarlige for trykkfeil.

FI

JOHDANTO

Lue tämä käyttöopas huolellisesti ennen laitteen ensimmäistä käyttökertaa, niin saat parhaan hyödyn uudesta laitteestasi. Kiinnitä erityistä huomiota turvallisuusohjeisiin. Suosittelemme myös, että säilytät käyttöohjeet myöhempää tarvetta varten.

TÄRKEITÄ TURVALLISUUSOHJEITA

- Vain kotitalouskäyttöön.
- Käytä laitetta vain sen oikeaan käyttötarkoitukseen.
- Älä käytä laitetta, jos ei toimi kunnolla tai jos se on vahingoittunut kovasta iskusta tai vastaavasta.
- Mansettia ei saa venyttää, vääntää tai taivuttaa.
- Älä käytä verenpainemittaria vauvoilla tai henkilöillä, jotka eivät kykene viestittämään, jos mansetti on liian tiukalla tms.
- Älä upota laitetta veteen tai muuhun nesteeseen.
- Älä käytä verenpainemittaria matkapuhelinten tai mikroaaltouunien läheisyydessä, sillä niistä lähtevä sähkömagneettinen säteily voi vaikuttaa mittarin toimintaan.
- Älä altista mittaria suoralle auringonvalolle, korkeille lämpötiloille, kosteudelle, melulle tai syövyttävälle aineille.
- Älä yritä itse korjata laitetta. Jos laite on viallinen, palauta se jälleenmyyjälle. Takuu ei ole voimassa, jos laitetta korjataan tai muunnellaan ilman valtuuksia. Jos tarvitset takuuhuoltoa, ota yhteyttä liikkeeseen, josta ostit laitteen.
- Tätä laitetta ei saa käyttää lääketieteellisten diagnoosien tekemiseen. Mittaus tuloksia voidaan käyttää vain viitteenomaisesti. Käännä lääkärin puoleen, jos verenpainelukemasi vaikuttavat epänormaaleilta.
- Toimi aina näiden käyttöohjeiden mukaan, kun mittaat verenpainetta.

Paristot

- Poista paristot, jos laite on pitkään käyttämättä.
- Vaihda paristot heti, kun ne ovat tyhjentyneet.
- Älä koskaan käytä erityyppisiä paristoja tai vanhoja ja uusia paristoja yhtä aikaa.
- Asettaessasi paristoja paikoilleen tarkista, että niiden napaisuudet ovat oikein.

LAITTEEN PÄÄOSAT

1. Säilytyskotelo
2. CD-levy
3. USB-kaapeli
4. Mansetti
5. Paristokotelon kansi
6. Liitin
7. Näyttö
8. T-painike
9. R-painike
10. Virtapainike

Näytön symbolit:

- a. Hypertensio
- b. Kohonnut normaali
- c. Normaali
- d. Hypotensio
- e. Pulssisymboli
- f. Päiväys
- g. Paristosymboli
- h. Kellonaika/vuosi
- i. Lukeman järjestysnumero
- j. Pulssi
- k. Diastolinen paine
- l. Systolinen paine



Päivämäärä näkyy näytössä amerikkalaisessa näyttömuodossa.

Järjestys on MM-DD-YYYY. Esimerkiksi päivämäärä 10.12.2006 tarkoittaa 12. lokakuuta 2006.

VERENPAINIE

Mikä verenpaine on?

Kun sydän pumppaa verta verenkiertoon, veri aiheuttaa painetta verisuonien seinämiin. Tätä kutsutaan verenpaineeksi.

Verenpaine vaihtelee eri ruumiinosissa. Verenpaine riippuu pulssista, siitä kuinka joustavat verisuonet ovat ja kuinka paksua veri on.

Painetta, joka mitataan sydämen pumpatessa verta verenkiertoon, kutsutaan systoliseksi verenpaineeksi. Painetta, joka mitataan veren virratessa takaisin sydämeen, kutsutaan diastoliseksi verenpaineeksi.

Nämä kaksi verenpainetyyppiä ilmoitetaan yleensä yhdessä, jolloin systolinen paine ilmoitetaan aina ensin. Jos verenpaine on 120/70, se tarkoittaa, että systolinen verenpaine on 120 ja diastolinen 70. Systolista verenpainetta kutsutaan myös yläpaineeksi ja diastolista verenpainetta alapaineeksi.

Verenpaineen mittayksikkö on mmHg (elohopeamillimetri).

Miksi verenpaine vaihtelee?

Verenpaine vaihtelee päivän aikana ja eri elämäntilanteissa. Monet tekijät vaikuttavat verenpaineeseen, mikä sinun tulisi ottaa huomioon mitattaessasi verenpainetta. Huomioi esimerkiksi seuraavat seikat:

- Verenpaine on korkeampi päivällä kuin yöllä.
- Verenpaine kohoaa hieman heti syömisen jälkeen. Suolainen ruoka voi myös nostaa verenpainetta.
- Kevyt liikunta (esimerkiksi kävely tai hökkä) nostaa systolista painetta hieman, kun taas raskas liikunta nostaa sitä rajusti. Se kuitenkin laskee taas, kun keho rentoutuu. Liikunnan puute nostaa verenpainetta pysyvästi.
- Verenpaine voi nousta, jos olet innostunut, stressaantunut tai hermostunut.
- Yllättävät ilmastomuutokset voivat aiheuttaa verenpaineen nousun.
- Systolinen paine kohoaa vanhenemisen myötä.
- Naisilla korkean verenpaineen riski kasvaa vaihdevuosien jälkeen.
- Liian vähäinen uni, tupakointi, liikalihavuus, alkoholi ja tietyt taudit voivat nostaa verenpainetta.

- Kylpeminen sekä suihkussa ja vessassa käynnit voivat nostaa verenpainetta.

Milloin verenpaineeni on liian korkea tai matala?

Korkeaa verenpainetta kutsutaan nimellä hypertensio. Matalaa verenpainetta kutsutaan nimellä hypotensio. Oheisesta taulukosta näet, milloin verenpaineesi on liian korkea tai matala.

Mittausalue	Systolinen	Diastolinen
Hypertensio	> 140 mmHg	> 90 mmHg
Kohonnut normaali	130-139 mmHg	85-89 mmHg
Normaali	91-129 mmHg	51-84 mmHg
Hypotensio	< 90 mmHg	< 50 mmHg

Miksi verenpaineen mittaaminen kannattaa?

Verenpaine kohoaa luonnostaan, kun vanhenet, mutta korkea verenpaine voi olla myös ensimmäinen merkki sairaudesta, ylipainosta tai alkavasta valtimoiden tukkeutumisesta, mikä lisää mm. veritulpan riskiä. Tämän vuoksi verenpainetta on hyvä tarkkailla ja kääntäy lääkärin puoleen, mikäli se vaikuttaa epätavallisen korkealta tai matalalta.

Tärkeää! Älä käytä laitetta lääketieteellisten diagnoosien tekemiseen. Lukemia voidaan käyttää vain viitteenomaisesti. Käänny lääkärin puoleen, jos verenpainelukemasi vaikuttavat epänormaaleilta. Toimi aina näiden käytösohjeiden mukaan, kun mittaat verenpainetta.

LAITTEEN VALMISTELU

Paristojen asentaminen

- Poista paristokotelon kansi (5) työntämällä sitä nuolen suuntaan.
- Aseta paristotilaan kaksi AAA-paristoa. Tarkista, että paristojen napaisuus on oikein (katso paristokotelossa oleva kuva.) Kiinnitä kansi takaisin.
- Vaihda paristot, kun paristosymboli (g) näkyy näytössä (7).

- Varoitus! Jos vaihdat paristot alle minuutissa, sinun ei tarvitse asettaa kellonaikaa uudelleen. Lisäksi tallennetut verenpainelukemat (katso alla) säilyvät laitteen muistissa. Mikäli paristojen vaihto kestää pitempään kuin yhden minuutin, kaikki näytön symbolit näkyvät hetken aikaa. Laitte antaa lyhyen äänimerkin, ja se asettuu noltilaasaan. Tallennetut verenpainelukemat poistetaan. Tämän jälkeen näytössä näkyy nollassa aika.

Kellonajan asettaminen

- Pidä virtapainiketta (10) painettuna, kunnes vuosilukua osoittavat numerot alkavat välkkyä näytössä. Aseta vuosi R-painikkeella (9). Kun asetus on oikein, paina virtapainiketta.
- Jos pidät painiketta alapainettuna, näytön asetukset vaihtuvat nopeammin.
- Kuukaudta osoittavat numerot vilkkuvat nyt näytössä. (Huomio! Laitte näyttää kuukauden ennen päiväystä). Syötä kuukausi samalla tavoin kuin vuosiluku ja paina virtapainiketta, kun se on asetettu oikein.
- Päivämäärää, tuntia ja minuutteja osoittavat numerot vilkkuvat nyt näytössä, ja niihin asetetaan aika samoin kuin yllä.
- Näytössä näkyy nyt päiväys (f) ja kellonaika/vuosi (h).

LAITTEEN KÄYTTÖ

Verenpaineen mittaukseen valmistautuminen

- Istuudu tai käy makuulle 5–10 minuutiksi ennen mittausta.
- Vältä syömistä, tupakoimista, liikuntaa, kylpemistä ja alkoholin, kahvin tai teen juomista ennen mittausta.
- Älä käy vessassa juuri ennen mittausta.
- Älä mittaa verenpainetta, jos olet innostunut, stressaantunut tai hermostunut.
- Rentoudu mittauksen aikana äläkä puhu.

Verenpaineen mittaaminen

- Aseta mansetti (4) toiseen ranteeseesi siten, että laite on kämmenpuolella, ja kiristä se tarranauhan avulla.
- Sillä ei ole merkitystä, mitaatio verenpaineen oikeasta vai vasemmasta ranteesta.

- Mansetin tulisi olla tiukalla, mutta se ei saa puristaa liikaa.
- Kämmenpuoleisen osan mansettia tulee olla 0,5–1 cm:n päässä kädestäsi.
- Aseta käsi, josta verenpaine mitataan, tyynylle pöydän päälle kämmenpuoli ylöspäin. Mittarin tulisi olla suunnilleen samalla korkeudella sydämesi kanssa.
- Muussa tapauksessa lukema saattaa olla epätarkka.
- Kytke laiteeseen virta virtapainikkeella.
- Mittari antaa kaksi äänimerkkiä, ja numero 0 vilahuttaa näytössä. Pian tämän jälkeen mansetti pumpputuu 185 mmHg:aan. Paineen nousu näkyy jatkuvasti näytössä.
- Laitte hurisee, kun mansettiin pumpputuu ilmaa.
- Kun mansetti on pumpputunut 185 mmHg:aan, näytön lukema laskee ja verenpaineen mittausta alkaa.
- Laitte antaa useita äänimerkkejä, kun mittausta suoritetaan.
- Laitte mittaa myös pulssin ja pulssisymboli (e) näkyy näytössä.
- Mansetti pumpputuu automaattisesti, mikäli paine on liian alhainen.
- Kun verenpaineen mittausta on suoritettu, mittari antaa pitkän äänimerkin ja näytössä näkyy systolinen paine (l), diastolinen paine (k), pulssi (j) ja kellonaika.
- Näytössä näkyy myös symboli, joka kertoo, mille mittausalueelle verenpainelukema asettuu: hypotensio (d), normaali (c), kohonnut normaali (b) tai hypertensio (a).
- Tulokset näkyvät näytössä noin kolme minuuttia, jonka jälkeen ne tallentuvat automaattisesti.
- Voit tehdä tallennuksen myös painamalla virtapainiketta. Laitteesta kuuluu kaksi äänimerkkiä.
- Kun tulokset on tallennettu, ne poistuvat näytöstä.
- Jos haluat tehdä useita mittauksia, sinun tulisi odottaa 5–10 minuuttia kunkin mittauksen välissä.
- Varoitus! Yksittäinen lukema ei kerro mitään terveydentilastasi. Useita mittauksia tekemälläkin voit saada vain suuntaa-antavaa tietoa terveydentilastasi.

Lukemien tallennus ja siirto

- Laitteeseen voidaan tallentaa 80 lukemaa. Uusi lukema tallennetaan muistiin aina numerolla 01. Vanhat lukemat siirtyvät yhden askeleen alaspäin, kun uusi lukema tallennetaan, ja ne poistetaan, kun muisti on täynnä.
- Liitä mukana toimitettava USB-kaapeli (3) liitimeen (6) tietojen siirtämiseksi tietokoneeseen. Tietoja voidaan tällöin tarkastella ja käsitellä mukana toimitettavalla ohjelmisto-CD-levyllä (2). Katso CD-levyn ohjelmiston käyttöohje.

Tallennettujen verenpainelukemien katseleminen

- Näytä tallennetut lukemat painamalla R-painiketta.
- Viimeksi tallennettu lukema (01) näkyy noin neljän sekunnin ajan. Näytössä näkyvät kaikki lukeman tiedot sekä lukeman järjestysnumero (i).
- Kaikki seuraavat lukemat näet painamalla toistuvasti R-painiketta. Pitämällä painiketta painettuna voit selata lukemat läpi yksi kerrallaan. Lukeman järjestysnumero näkyy aina.
- o Voit myös selata tallennettuja lukemia painamalla T-painiketta (8).
- Laite palaa automaattisesti takaisin kellonajan näyttöön.

Tallennettujen verenpainelukemien poistaminen

- Poista paristot ja odota 2–3 minuuttia. Aseta paristot takaisin paikalleen. Muisti on nyt tyhjä.
- o Muista asettaa kellonaika uudelleen.

VIRHEILMOITUKSET

Laite rekisteröi mahdolliset ongelmat, ja jokin seuraavista virheilmoituksista ilmestyy näyttöön:

Virheilmoitus	Merkitys	Syy	Ratkaisu
ER-1	Virhe pumppautumisen aikana	1. Mansettia ei ole kiinnitetty oikein. 2. Mansetti on rikki. 3. Pumppu tai venttiilit ovat viallisia.	1. Kiinnitä mansetti oikein. 2. Ota yhteyttä jälleenmyyjään. 3. Ota yhteyttä jälleenmyyjään.
ER-2	Häiriöitä tai melua mittauksen aikana	1. Käyttäjä liikkuu tai puhuu mittauksen aikana. 2. Käyttäjä on liian hermostunut.	1. Käyttäjän on istuttava aloillaan ja vältettävä puhumista mittauksen aikana. 2. Mittauta verenpaine lääkärillä.
ER-3	Virhe mansettia tyhjennettäessä	1. Venttiilit ovat vialliset. 2. Mansettia ei ole kiinnitetty oikein.	1. Ota yhteyttä jälleenmyyjään. 2. Kiinnitä mansetti oikein.
ER-4	Epänormaali lukema	Käyttäjällä voi olla sydänvaiva.	Kontakta en läkare.
HI	Mansetissa on liikaa painetta.	Ilmaletku on tukossa, pumppumekanismi tai mittari on viallinen.	Yritä tehdä mittaus uudelleen tai ota yhteys jälleenmyyjään.
Paristosymboli	Paristoissa vähän virtaa	Paristot ovat lähes tyhjentyneet.	Vaihda paristot.

SÄILYTYŚ

Kun et käytä laitetta, säilytä sitä mukana toimitettavassa säilytyskotelossa (1). Säilytä laitetta kuivassa, viileässä paikassa. Poista paristot, jos laite on pitkään käyttämättä.

PUHDISTUS

Muista laitetta puhdistaessasi seuraavat seikat:

- Puhdista laite pehmeällä, kuivalla liinalla.
- Mansetti voidaan puhdistaa kostealla liinalla ja pienellä määrällä pesuainetta.
- Älä puhdista laitetta vahvoilla, syövyttävillä tai hankaavilla puhdistusaineilla, sillä ne saattavat naarmuttaa laitteen pintaa.

TIETOJA TUOTTEEN HÄVITTÄMISESTÄ JA KIERRÄTTÄMISESTÄ

Tämä Adexi-tuote on merkitty seuraavalla symbolilla: 

Tuotetta ei siis saa hävittää tavallisen kotitalousjätteen mukana, vaan sähkö- ja elektroniikkajäte on hävitettävä erikseen.

Sähkö- ja elektroniikkajätettä koskevan direktiivin mukaan jokaisen jäsenvaltion on järjestettävä asianmukainen sähkö- ja elektroniikkajätteen keräys, talteenotto, käsittely ja kierrätys. EU-alueen yksityiset kotitaloudet voivat palauttaa käytetyt laitteet maksutta erityisiin kierrätyspisteisiin. Joissakin jäsenvaltioissa ja tietyissä tapauksissa käytetty laite voidaan palauttaa sille jälleenmyyjälle, jolta se on ostettu, jos tilalle hankitaan uusi laite. Lisätietoja sähkö- ja elektroniikkajätteen käsittelystä saat jälleenmyyjältäsi, tukkukauppiaaltasi tai paikallisilta viranomaisilta.

TAKUUEHDOT

Takuu ei ole voimassa, jos

- edellä olevia ohjeita ei ole noudatettu
- laitteeseen on tehty muutoksia
- laitetta on käsitelty väärin tai rajusti tai se on kärsinyt muita vaurioita

Kehitämme jatkuvasti tuotteidemme toimivuutta ja muotoilua, minkä vuoksi pidätämme oikeuden muuttaa tuotetta ilman etukäteisilmoitusta.

Maahantuoja:

Adexi Group

www.adexi.eu

Emme ole vastuussa mahdollisista painovirheistä.

UK

INTRODUCTION

To get the best out of your new apparatus, please read this user guide carefully before using it for the first time. Take particular note of the safety precautions. We also recommend that you keep the instructions for future reference.

IMPORTANT SAFETY PRECAUTIONS

- For domestic use only.
- Use for its intended purpose only.
- Do not use if not functioning properly, or if damaged by a heavy impact or similar.
- The armband must not be stretched, twisted or bent.
- Do not use on babies or others who cannot communicate if the armband is too tight, etc.
- Do not immerse in water or any other liquid.
- Do not use in the vicinity of mobile phones or microwave ovens as these emit electro-magnetic radiation that can affect the apparatus.
- Do not expose to direct sunlight, high temperatures, humidity, noise or corrosive substances.
- Never try to repair the apparatus yourself. If defective, return to dealer. Unauthorised repairs or modifications to the apparatus will invalidate the guarantee. Please contact the store where you bought the apparatus for repairs under guarantee.
- This apparatus must not be used to make medical diagnoses. It is suitable only for reference. Consult a doctor if your blood pressure readings seem abnormal.
- Always follow the procedure specified in these user instructions when taking readings.

Batteries

- Remove the batteries if the apparatus is not to be used for a prolonged period.
- Change the batteries immediately once they are dead.
- Never use different types of batteries, or use a new and an old battery at the same time.
- Ensure the batteries are correctly polarised when installing them.

KEY TO MAIN COMPONENTS OF THE APPARATUS

1. Storage box
2. CD
3. USB cable
4. Collar
5. Battery cover
6. Communications jack
7. Display
8. T-button
9. R-button
10. On/off button

Symbols on the display

- a. Hypertension
- b. High normal
- c. Normal
- d. Hypotension
- e. Pulse symbol
- f. Date
- g. Battery symbol
- h. Time/year
- i. Saved reading number
- j. Pulse
- k. Diastolic pressure
- l. Systolic pressure



The date is displayed in the American date display format.

The order is MM-DD-YYYY. For example, 10.12.2006 is to be interpreted as October 12, 2006.

ABOUT BLOOD PRESSURE

What is blood pressure?

When the heart pumps blood around the body, the blood exerts pressure on the walls of the blood vessels. This is known as blood pressure. Blood pressure is different in different parts of the body and depends on the pulse, how elastic the blood vessels are and how thick the blood is. The pressure that can be measured when the heart pumps out into the body is known as systolic blood pressure. The pressure that can be measured when blood runs back from the body towards the heart is known as diastolic blood pressure.

The two types of blood pressure are usually given together, with the systolic blood pressure always given first. If blood pressure is given as "120/70" (expressed as "120 over 70"), this means that the systolic blood pressure is 120, and the diastolic 70.

The reading unit for blood pressure is mmHg (millimetres of mercury).

Why does blood pressure vary?

Blood pressure varies throughout the day and over a person's life. Many different factors affect your blood pressure, something you should be aware of when taking your blood pressure. For instance, be aware of the following:

- Blood pressure is higher during the day than at night.
- Blood pressure increases slightly after you have just eaten. A lot of salt in food can also increase blood pressure.
- Light exercise (e.g. walking and jogging) causes the systolic blood pressure to rise slightly, while hard exercise will cause it to rise dramatically. However, it will fall again when the body relaxes. A lack of exercise raises blood pressure permanently.
- Blood pressure can increase if you are excited, stressed or tense.
- Sudden climatic changes can cause blood pressure to rise.
- The systolic pressure increases with age.
- Women have a greater risk of increased blood pressure after the menopause.

- Insufficient sleep, smoking, obesity, alcohol and certain illnesses cause blood pressure to rise.
- Bathing and toilet visits may cause blood pressure to rise.

When is my blood pressure too high or too low?

High blood pressure is also called hypertension. Low blood pressure is also called hypotension. The diagram below shows when your blood pressure is too high or too low.

Range	Systolic	Diastolic
Hypertension	> 140 mmHg	> 90 mmHg
High normal	130-139 mmHg	85-89 mmHg
Normal	91-129 mmHg	51-84 mmHg
Hypotension	< 90 mmHg	< 50 mmHg

Why should I measure my blood pressure?

Blood pressure naturally increases as you get older, but high blood pressure can also be the first sign of illness, being overweight or of the arteries beginning to stiffen, which increases the risk of blood clots, among other things. It is therefore a good idea to keep an eye on your blood pressure and consult a doctor if it seems unusually high or low.

Important! Do not use to make medical diagnoses. For use only as reference. Consult a doctor if your blood pressure readings seem abnormal. Always follow the procedure specified in these user instructions when taking readings.

PREPARING THE APPARATUS

Inserting the batteries

- Remove the battery cover (5) by pushing it in the direction of the arrow.
- Insert two AAA batteries. Check batteries are correctly polarised (see diagram in battery compartment.) Replace the cover.
- Change the batteries when the battery symbol (g) is shown in the display (7).
- Caution! If the batteries are changed in less than 1 minute, you will not need to reset the clock and any saved blood pressure readings (see below) will remain in the apparatus memory. If it takes more than 1 minute to change the batteries, the display will show all symbols for a moment. The apparatus will emit a short beep and is reset. Any saved blood pressure readings are deleted. The display then shows the reset time.

Setting the clock

- Press and hold the on/off button (10) until the year number flashes on the display. Use the R-button (9) to set year. Press on/off button when setting is correct.
- o If you hold the button down, the display will change faster.
- The month number now flashes on the display. (Please note! The apparatus shows the month before the date). Enter the month number in the same way as the year number, and press the on/off button when it is correctly set.
- The date, hour number and minute number now flash in turn and are set in the same way as described above.
- The display now shows the date (f) and time/year (h).

OPERATING THE APPARATUS

Preparing for a blood pressure reading

- Sit or lie down for 5-10 minutes before the reading.
- Avoid eating, smoking, exercising, bathing or drinking alcohol, coffee or tea before taking the reading.
- Do not go to the toilet immediately before the reading.
- Do not take a blood pressure reading if you are excited, stressed or tense.
- Relax during the reading and do not talk.

Blood pressure reading

- Place the armband (4) on one of your wrists so that the apparatus is on the underside of your arm and tighten it using the Velcro strap.
 - o It does not matter if you take the reading on your left or right wrist.
 - o The armband should be taut but should not pinch.
 - o The side of the armband facing your hand must be 0.5-1 cm from the hand.
- Place the arm to be measured on a pillow on the table with the palm facing upwards and the apparatus at roughly the same height as your heart.
 - o Failure to do so can result in an inaccurate reading.
- Switch on using the on/off button.
- Two beeps will be heard and the number 0 flashes on the display. Shortly afterwards, the armband is pumped up to 185 mmHg, while the pressure is continuously shown on the display.
 - o The apparatus will buzz while the armband is being pumped up.
- When the armband is pumped up to 185 mmHg, the displayed figure falls again and the blood pressure reading starts.
 - o The apparatus emits a number of beeps while the reading is being taken.
 - o The pulse is also measured, and the pulse symbol (e) is shown on the display.
 - o The armband is automatically pumped up if the pressure is too low.
- Once the blood pressure reading has been taken, a long beep is heard and the display shows the systolic pressure (l), the diastolic pressure (k), the pulse (j) and the time.

- There is also a symbol for the range the measured blood pressure falls under: hypotension (d), normal (c), high normal (b) or hypertension (a).
- The results are shown on the display for around 3 minutes and then saved automatically.
 - o Pressing the on/off button will also save. Two beeps will be emitted.
 - o The result will be deleted from the display when saved.
- If you need to take several readings, you should wait 5-10 minutes between each reading.
- o Caution! An individual reading says nothing about your state of health. You can only get an idea of this after a number of readings.

Saving and transferring readings

- The apparatus can save 80 readings. The latest reading is always saved as number 01 in the memory. Older readings are moved down the scale as new ones are saved, and deleted when the memory is full.
- Connect the USB cable supplied (3) to the communications jack (6) to transfer data to a computer. Data can then be shown and processed using the software supplied on CD (2). Refer to the software user guide on the CD.

Displaying saved blood pressure readings

- Press the R-button to show saved readings.
- The first saved reading (01) will show for approx. 4 seconds. The display shows all the data for the reading plus the reading number (i).
- Press the R-button repeatedly to see all subsequent readings. Press and hold the button to scroll through the readings. The reading number is always displayed.
- o You can also press the T-button (8) to quickly scroll through saved readings.
- The apparatus automatically changes back to the time display.

Deleting saved blood pressure readings

- Remove batteries and wait 2 - 3 minutes. Replace batteries. The memory will now be deleted.
 - o Remember to reset the clock.

ERROR MESSAGES

The apparatus registers any problems and shows the following error messages on the display:

Error message	Meaning	Cause	Solution
ER-1	Error during pumping	1. The armband is not correctly attached. 2. The armband is broken. 3. The pump or valves are defective.	1. Attach the armband correctly. 2. Contact the retailer. 3. Contact the retailer.
ER-2	Disturbances or noise during readings reading taken by a doctor.	1. The user moves or speaks during the reading. 2. The user is too nervous.	1. The user must sit still and avoid talking during the reading. 2. Have a blood pressure
ER-3	Error while emptying the armband	1. The valves are defective. 2. The armband is not correctly attached.	1. Contact the retailer. 2. Attach the armband correctly.
ER-4	Abnormal reading	The user may have a heart problem.	Consult a doctor.
HI	The pressure in the armband is too high.	The air tube is blocked, the pump mechanism is defective or the pressure monitor is defective.	Try to take another reading, or contact the retailer.
Battery symbol	Flat batteries	The batteries are almost dead.	Replace the batteries.

STORAGE

When the not in use, store in the accompanying storage box (1). Store in a dry, cool place. Remove the batteries if the apparatus is not to be used for a prolonged period.

CLEANING

When cleaning the apparatus, you should pay attention to the following points:

- Use a soft, dry cloth to clean the apparatus.
- The armband can be cleaned using a damp cloth with a little detergent.
- Do not use strong, corrosive or abrasive cleaning agents for cleaning the apparatus, as these may scratch the surface.

INFORMATION ON DISPOSAL AND RECYCLING OF THIS PRODUCT

Please note that this Adexi product is marked with this symbol: 

This means that this product must not be disposed of together with ordinary household waste, as electrical and electronic waste must be disposed of separately.

In accordance with the WEEE directive, every member state must ensure correct collection, recovery, handling and recycling of electrical and electronic waste. Private households in the EU can take used equipment to special recycling stations free of charge. In some member states you can, in certain cases, return the used equipment to the retailer from whom you purchased it, if you are purchasing new equipment. Contact your retailer, distributor or the municipal authorities for further information on what you should do with electrical and electronic waste.

GUARANTEE TERMS

The guarantee does not apply:

- if the above instructions are not followed
- if the apparatus has been interfered with
- if the apparatus has been mishandled, subjected to rough treatment, or has suffered any other form of damage

Due to the constant development of our products in terms of function and design, we reserve the right to make changes to the product without prior warning.

IMPORTER

Adexi Group

www.adexi.eu

We cannot be held responsible for any printing errors.

DE

EINLEITUNG

Bevor Sie Ihr neues Gerät erstmals in Gebrauch nehmen, sollten Sie diese Anleitung sorgfältig durchlesen. Beachten Sie insbesondere die Sicherheitsvorkehrungen. Heben Sie die Anleitung auf, damit Sie darin nachschlagen können.

WICHTIGE SICHERHEITSVORKEHRUNGEN

- Nur für den Gebrauch im Haushalt.
- Benutzen Sie das Gerät nur zu den in der Bedienungsanleitung genannten Zwecken.
- Das Gerät bei Funktionsstörungen oder nach Beschädigung durch einen starken Aufprall o. dergl. nicht mehr benutzen.
- Das Armband darf nicht gedehnt, verdreht oder verbogen werden.
- Das Gerät darf nicht für Babies oder andere Personen, die nicht mitteilen können, dass das Armband zu eng ist, usw., verwendet werden.
- Tauchen Sie es nicht in Wasser oder eine andere Flüssigkeit ein.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Nähe von Mobiltelefonen oder Mikrowellengeräten, da diese elektromagnetische Strahlung aussenden, die das Gerät beeinflussen kann.
- Setzen Sie das Gerät nicht direkter Sonneneinstrahlung, hohen Temperaturen, Feuchtigkeit, Lärm oder ätzenden Stoffen aus.
- Versuchen Sie niemals, das Gerät selbst zu reparieren. Falls das Gerät defekt ist, geben Sie es an den Händler zurück. Bei nicht autorisierten Reparaturen oder Änderungen des Geräts erlischt die Garantie. Bei Reparaturen, die unter die Garantiebedingungen fallen, wenden Sie sich an Ihren Händler.
- Dieses Gerät darf nicht zum Erstellen von medizinischen Diagnosen verwendet werden. Es eignet sich nur für Referenzzwecke. Suchen Sie einen Arzt auf, wenn Ihre Blutdruckmessungen abnormal erscheinen.
- Folgen Sie bei den Messungen stets den Anweisungen in dieser Gebrauchsanweisung.

Batterien

- Wenn das Gerät über längere Zeit nicht benutzt werden soll, müssen die Batterien herausgenommen werden.
- Wenn die Batterien leer sind, müssen sie sofort ausgetauscht werden.
- Verwenden Sie niemals verschiedene Arten von Batterien oder neue und alte Batterien zur gleichen Zeit.

- Vergewissern Sie sich, dass die Pole der Batterien korrekt ausgerichtet sind.

ÜBERSICHT ÜBER DIE WICHTIGSTEN GERÄTETEILE

- Aufbewahrungsbehälter
- CD
- USB Kabel
- Ring
- Batteriefachabdeckung
- Kommunikationsanschluss
- Display
- T-Taste
- R-Taste
- An/Aus Schalter



Symbole im Display:

- Hypertonie
- Hoch normal
- Normal
- Hypotonie
- Pulssymbol
- Datum
- Batteriesymbol
- Zeit/Jahr
- Nummer der gespeicherten
- Puls
- Diastolischer Druck
- Systolischer Druck

Das Datum wird im amerikanischen Datumsformat angezeigt. Die Reihenfolge ist MM-TT-JJJJ. So steht 10.12.2006 für den 12. Oktober 2006.

ÜBER DEN BLUTDRUCK

Was ist der Blutdruck?

Wenn das Herz Blut durch den Körper pumpt, übt das Blut Druck auf die Wände der Blutgefäße aus. Dies bezeichnet man als Blutdruck. Der Blutdruck ist in verschiedenen Körperteilen unterschiedlich hoch und hängt vom Puls, von der Elastizität der Blutgefäße und von der Dicke des Bluts ab. Der Druck, der gemessen werden kann, wenn das Herz Blut in den Körper pumpt, wird als systolischer Blutdruck bezeichnet. Der Druck, der gemessen werden kann, wenn Blut vom Körper zum Herzen zurück fließt, wird als diastolischer Blutdruck bezeichnet.

Die beiden Blutdruckarten werden normalerweise zusammen angegeben, wobei der systolische Blutdruck stets zuerst genannt wird. Wenn der Blutdruck mit "120/70" (ausgesprochen: "120 zu 70") angegeben wird, bedeutet dies, dass der systolische Blutdruck 120 und der diastolische Blutdruck 70 beträgt. Die Ableseeinheit des Blutdrucks ist mmHg (Millimeter Quecksilbersäule).

Warum verändert sich der Blutdruck?

Der Blutdruck verändert sich während des Tages und im Verlauf des Lebens. Viele verschiedene Faktoren beeinflussen Ihren Blutdruck. Sie müssen diese Tatsache beim Blutdruckmessen berücksichtigen. Sie müssen sich zum Beispiel über Folgendes klar sein:

- Der Blutdruck ist tagsüber höher als nachts.
- Der Blutdruck steigt direkt nach dem Essen leicht an. Viel Salz im Essen kann den Blutdruck erhöhen.
- Durch leichte körperliche Betätigung (z. B. Laufen oder Joggen) steigt der systolische Blutdruck leicht an, während schwere körperliche Belastungen ihn extrem ansteigen lassen. Er fällt jedoch wieder, wenn sich der Körper entspannt. Durch mangelnde körperliche Betätigung steigt der Blutdruck chronisch an.
- Der Blutdruck kann sich erhöhen, wenn Sie aufgeregt, gestresst oder angespannt sind.
- Plötzliche klimatische Veränderungen können den Blutdruck ansteigen

lassen.

- Der systolische Druck steigt mit fortschreitendem Alter an.
- Bei Frauen steigt die Gefahr für erhöhten Blutdruck nach dem Klimakterium an.
- Schlafmangel, Rauchen, Übergewicht, Alkohol und bestimmte Krankheiten führen zu einem Ansteigen des Blutdrucks.
- Beim Baden oder beim Aufsuchen der Toilette kann der Blutdruck ansteigen.

Wann ist mein Blutdruck zu hoch oder zu niedrig?

Hoher Blutdruck wird auch als Hypertonie bezeichnet. Niedriger Blutdruck wird auch als Hypotonie bezeichnet. In der folgenden Tabelle ist zu sehen, wann Ihr Blutdruck zu hoch oder zu niedrig ist.

	Bereich	Systolisch	Diastolisch
Hypertonie	> 140 mmHg	> 90 mmHg	
Hoch normal	130-139 mmHg	85-89 mmHg	
Normal	91-129 mmHg	51-84 mmHg	
Hypotonie	< 90 mmHg	< 50 mmHg	

Wieso sollte ich meinen Blutdruck messen?

Der Blutdruck erhöht sich auf natürliche Weise, wenn man älter wird, aber hoher Blutdruck kann auch das erste Anzeichen für eine Krankheit, Übergewicht oder das Verhärten der Arterien sein, wodurch sich unter anderem die Gefahr von Blutpfropfen verstärkt. Daher ist es eine gute Idee, den Blutdruck im Auge zu behalten und einen Arzt aufzusuchen, wenn er ungewöhnlich hoch oder niedrig ist.

Achtung! Nicht für medizinische Diagnosen verwenden. Nur zu Referenzzwecken. Suchen Sie einen Arzt auf, wenn Ihre Blutdruckmessungen abnormal erscheinen. Folgen Sie bei den Messungen stets den Anweisungen in dieser Gebrauchsanweisung.

VORBEREITUNG DES GERÄTS

Einlegen der Batterien

- Entfernen Sie die Batteriefachabdeckung (5), indem Sie sie in Pfeilrichtung schieben.
- Legen Sie zwei AAA-Batterien ein. Prüfen Sie, ob die Polarität der Batterien korrekt ist (siehe Diagramm im Batteriefach.) Bringen Sie die Batteriefachabdeckung wieder an.
- Wechseln Sie die Batterien, wenn das Batteriesymbol (g) im Display (7) angezeigt wird.
- Vorsicht! Wenn Sie die Batterien in weniger als 1 Minute austauschen, müssen Sie die Uhr nicht neu einstellen und alle gespeicherten Blutdruckmessungen (siehe unten) bleiben im Memory des Geräts. Wenn das Wechseln der Batterien mehr als 1 Minute dauert, zeigt das Display einen Moment lang alle Symbole an. Das Gerät gibt einen kurzen Piepton ab und ist neu eingestellt. Alle gespeicherten Blutdruckmessungen sind gelöscht. Das Display zeigt dann die Reset-Zeit an.

Einstellen der Uhr

- Drücke Sie den An/Aus-Schalter (10) und halten Sie ihn gedrückt, bis die Jahreszahl im Display zu blinken beginnt. Stellen Sie mit der R-Taste (9) das Jahr ein. Drücken Sie die An/Aus-Taste, wenn die Einstellung korrekt ist.
- Wenn Sie die Taste gedrückt halten, beschleunigt sich die Zeiteinstellung.
- Nun blinkt die Zahl des Monats im Display. (Achtung! Das Gerät zeigt den Monat vor dem Datum an). Geben Sie die Zahl des Monats auf die gleiche Weise wie die Jahreszahl ein und drücken Sie den An/Aus-Schalter, wenn sie korrekt eingestellt wurde.
- Das Datum, die Stunde und die Minuten blinken nacheinander und werden wie oben beschrieben eingestellt.
- Das Display zeigt nun das Datum (f) und die Zeit/das Jahr (h).

BEDIENUNG DES GERÄTS

Vorbereitung einer Blutdruckmessung

- Setzen oder legen Sie sich vor der Messung 5-10 Minuten lang hin.
- Vor der Messung sollten Sie es vermeiden, zu essen, zu rauchen, zu baden oder Alkohol, Kaffee oder Tee zu sich zu nehmen.
- Gehen Sie nicht unmittelbar vor der Messung auf die Toilette.
- Führen Sie keine Blutdruckmessung durch, wenn Sie aufgeregt, gestresst oder angespannt sind.
- Entspannen Sie sich während der Messung und reden Sie nicht.

Blutdruckmessung

- Legen Sie das Armband (4) so um ein Handgelenk, dass sich das Gerät auf der Unterseite Ihres Armes befindet, und befestigen Sie es mit dem Klettband.
 - o Es ist egal, ob Sie die Messung am linken oder rechten Handgelenk durchführen.
 - o Das Armband sollte straff sitzen aber nicht einschneiden.
 - o Die Seite des Armbands, die Ihrer Hand am nächsten liegt, sollte 0,5-1 cm von der Hand entfernt sein.
- Legen Sie den Arm, an dem der Blutdruck gemessen wird, auf ein Kissen auf dem Tisch mit der Innenfläche der Hand nach oben, wobei sich das Gerät auf ungefähr der gleichen Höhe wie Ihr Herz befindet.
- Falsches Anlegen kann zu ungenauen Messungen führen.
- Schalten Sie die Maschine mit dem An/Aus-Schalter ein.
- Zwei Pieptöne sind zu hören und die Zahl 0 blinkt im Display. Kurz danach wird das Armband auf 185 mmHg aufgepumpt, während der Druck ständig im Display angezeigt wird.
 - o Das Gerät summt, während das Armband aufgepumpt wird.
 - o Nachdem das Armband auf 185 mmHg aufgepumpt wurde, fällt die angezeigte Zahl wieder ab und die Blutdruckmessung beginnt.
 - o Das Gerät gibt eine Anzahl von Pieptönen ab, während die Messung durchgeführt wird.

- o Der Puls wird ebenfalls gemessen, und das Pulssymbol (e) wird im Display angezeigt.
- o Das Armband wird automatisch aufgepumpt, wenn der Druck zu niedrig ist.
- Once the blood pressure reading has been taken, a long beep is heard and the display shows the systolic pressure (l), the diastolic pressure (k), the pulse (j) and the time.
- Es erscheint auch ein Symbol für den Bereich, in den der gemessene Blutdruck fällt: hypotension (d), normal (c), high normal (b) or hypertension (a).
- Die Ergebnisse werden im Display ca. 3 Minuten lang angezeigt und dann automatisch gespeichert.
- o Durch Drücken des An/Aus-Schalters kann ebenfalls gespeichert werden. Zwei Pieptöne sind zu hören.
- o Das Ergebnis wird nach dem Speichern aus dem Display gelöscht.
- Wenn Sie mehrerer Messungen durchführen müssen, sollten Sie zwischen den Messungen 5-10 Minuten Zeit lassen.
- o Vorsicht! Eine einzelne Messung sagt nichts über Ihren Gesundheitszustand aus. Sie bekommen erst nach mehreren Messungen einen ungefähren Überblick.

Speichern und Übertragen von Messungen

- Das Gerät kann bis zu 80 Messungen speichern. Die letzte Messung wird immer als Nummer 01 im Speicher gespeichert. Ältere Messungen wandern an der Skala nach unten, während die neuen gespeichert werden, und werden bei vollem Speicher gelöscht.
- Schließen Sie das mitgelieferte USB Kabel (3) an den Kommunikationsanschluss (6) an, um Daten an einen Computer zu übermitteln. Daten können mithilfe der auf der CD (2) enthaltenen Software angezeigt und verarbeitet werden. Schlagen Sie in der Bedienungsanleitung der Software auf der CD nach.

Anzeige gespeicherter Blutdruckmessungen

- Drücken Sie die R-Taste, um gespeicherte Messungen anzuzeigen.
- Die erste gespeicherte Messung (01) wird ca. 4 Sekunden lang angezeigt. Das Display zeigt sämtliche Daten und die Zahl der Messung (i) an.
- Durch mehrmaliges Drücken der R-Taste können Sie alle folgenden Messungen anzeigen. Drücken Sie die Taste und halten Sie sie gedrückt, um durch die Ergebnisse zu scrollen. Die Zahl der Messung wird immer angezeigt.
- o Sie können auch die T-Taste (8) drücken, um schnell durch die gespeicherten Messungen zu scrollen.
- Das Gerät wechselt automatisch zurück in die Zeitanzeige.

Löschen gespeicherter Blutdruckmessungen Sie daran, die Uhr wieder einzustellen.

FEHLERMELDUNGEN

Das Gerät zeichnet Probleme auf und zeigt die folgenden Fehlermeldungen im Display an.

Fehlermeldung	Bedeutung	Grund	Lösung
ER-1	Fehler während des Pumpens	1. Das Armband wurde nicht korrekt angebracht. 2. Das Armband ist beschädigt. 3. Die Pumpe oder die Ventile sind defekt.	1. Bringen Sie das Armband korrekt an. 2 + 3. Nehmen Sie mit dem Verkäufer Kontakt auf.
ER-2	Störungen oder Lärm während der Messung.	1. Der Benutzer bewegt sich oder spricht während der Messung. 2. Der Benutzer ist zu nervös.	1. Der Benutzer muss still sitzen und darf während der Messung 2. Lassen Sie vom Arzt eine Blutdruckmessung durchführen.
ER-3	Fehler beim Leeren des Armbands	1. Die Ventile sind defekt. 2. Das Armband wurde nicht korrekt angebracht.	1. Nehmen Sie mit dem Verkäufer Kontakt auf. 2. Bringen Sie das Armband korrekt an.
ER-4	Abnormale Messung	Der Benutzer hat möglicherweise eine Herzstörung.	Konsultieren Sie einen Arzt
HI	Der Druck im Armband ist zu hoch.	Der Luftschlauch ist blockiert, der Pumpmechanismus ist defekt oder das Blutdruckmessgerät ist defekt.	Versuchen Sie, noch eine Messung durchzuführen oder nehmen Sie mit dem Verkäufer Kontakt auf.
Batteriesymbol	Leere Batterien	Die Batterien sind fast leer.	Neue Batterien einlegen.

AUFBEWAHRUNG

Wenn das Gerät nicht in Gebrauch ist, sollte es im beigefügten Aufbewahrungsbehälter (1) aufbewahrt werden. Bewahren Sie es an einem trockenen, kühlen Ort auf. Wenn das Gerät über längere Zeit nicht benutzt werden soll, müssen die Batterien herausgenommen werden.

REINIGUNG

Bei der Reinigung des Geräts sind folgende Punkte zu beachten:

- Verwenden Sie zum Reinigen des Geräts ein weiches, trockenes Tuch.
- Das Armband kann mit einem feuchten Tuch und ein wenig Spülmittel gereinigt werden.
- Verwenden Sie zum Reinigen des Geräts keine starken, ätzenden oder scheuernden Reinigungsmittel, da diese die Oberfläche zerkratzen können.

INFORMATION ÜBER DIE ENTSORGUNG UND DAS RECYCLING DIESES PRODUKTS

Dieses Adexi-Produkt trägt dieses Zeichen: 

Das heißt, dass es nicht zusammen mit normalem Haushaltsmüll sondern als Sondermüll zu entsorgen ist.

Gemäß der WEEE-Richtlinie muss jeder Mitgliedstaat für das ordnungsgemäße Sammeln, die Verwertung, die Handhabung und das Recycling von Elektro- und Elektronikmüll sorgen. Private Haushalte im Bereich der EU können ihre gebrauchten Geräte kostenfrei an speziellen Recyclingstationen abgeben. In einigen Mitgliedstaaten können gebrauchte Geräte bei dem Einzelhändler, bei dem sie gekauft wurden, kostenfrei wieder abgegeben werden, sofern ein neues Gerät gekauft wird. Bitte nehmen Sie mit der Verkaufsstelle oder den örtlichen Behörden Kontakt auf, wenn Sie Näheres über den Umgang mit Elektro- und Elektronikmüll erfahren möchten.

GARANTIEBEDINGUNGEN

Diese Garantie gilt nicht,

- falls die vorstehenden Hinweise nicht beachtet werden;
- falls unbefugte Eingriffe ins Gerät vorgenommen werden,
- falls das Gerät unsachgemäß behandelt, Gewalt ausgesetzt oder anderweitig beschädigt worden ist.

Aufgrund der ständigen Weiterentwicklung von Funktion und Design unserer Produkte behalten wir uns das Recht auf Änderung des Produkts ohne vorherige Ankündigung vor.

IMPORTEUR

Adexi Group

www.adexi.eu

Druckfehler vorbehalten.

PL

WSTĘP

Aby móc skorzystać z wszystkich funkcji nowego urządzenia, należy najpierw dokładnie zapoznać się z poniższymi wskazówkami. Szczególną uwagę należy zwrócić na zasady bezpieczeństwa. Instrukcję obsługi warto zachować na przyszłość.

WAŻNE INFORMACJE NA TEMAT BEZPIECZEŃSTWA

- Wyłącznie do użytku domowego.
- Z urządzenia należy korzystać zgodnie z jego przeznaczeniem.
- Nie wolno korzystać z urządzenia, jeżeli nie działa ono prawidłowo lub zostało uszkodzone w efekcie mocnego uderzenia itp.
- Opaski na nadgarstek nie wolno rozciągać, skręcać lub zginać.
- Nie stosować do pomiarów ciśnienia u dzieci lub innych osób, które nie mogą powiadomić o zbyt mocnym zaciśnięciu opaski itp.
- Nie zanurzać w wodzie ani w żadnych innych płynach.
- Nie stosować w pobliżu telefonów komórkowych ani kucharek mikrofalowych, ponieważ urządzenia te emitują promieniowanie elektromagnetyczne, które może wpłynąć na działanie urządzenia.
- Nie wystawiać na bezpośrednie działanie promieni słonecznych, wysokiej temperatury, wilgotności, hałasu czy substancji powodujących korozję.
- Nigdy nie wolno samodzielnie naprawiać urządzenia. Jeżeli urządzenie okaże się wadliwe, zwrócić je do dystrybutora. Nieautoryzowane naprawy lub modyfikacje urządzenia spowodują unieważnienie gwarancji. Informacje na temat napraw gwarancyjnych można uzyskać w sklepie, w którym zakupiono urządzenie.
- Niniejsze urządzenie nie może być stosowane do stawiania diagnoz medycznych. Przeznaczone jest ono do uzyskiwania wyników referencyjnych. Jeżeli odczyty z ciśnieniomierza wydają się nieprawidłowe, należy skontaktować się z lekarzem.
- Podczas pobierania odczytów należy zawsze stosować się do procedury określonej w niniejszej instrukcji użytkownika.

Baterie

- Jeżeli urządzenie nie będzie wykorzystywane przez dłuższy czas, należy wyjąć z niego baterie.
- Baterie całkowicie rozładowane należy natychmiast wymienić.
- Nie należy używać równocześnie różnych typów baterii lub baterii nowej i starej.
- Podczas wkładania baterii należy upewnić się, że baterie zostały ułożone z zachowaniem właściwej polaryzacji.

GLÓWNE ELEMENTY SKŁADOWE URZĄDZENIA

1. Futerał
2. Płyta CD
3. Kabel USB
4. Kolnierz
5. Pokrywa baterii
6. Port USB
7. Wyświetlacz
8. Przycisk T
9. Przycisk R
10. Przycisk zasilania

Symbole na wyświetlaczu:

- a. Naciskiwanie
- b. Ciśnienie prawidłowe wysokie
- c. Normalny
- d. Niedociśnienie
- e. Symbol pulsu
- f. Data
- g. Symbol baterii
- h. Godzina/rok
- i. Numer zapisanego odczytu
- j. Puls
- k. Ciśnienie rozkurczowe
- l. Ciśnienie skurczowe



Data wyświetlana jest w formacie właściwym dla Stanów Zjednoczonych. Właściwa kolejność to MM-DD-RRRR. Na przykład datę 10.12.2006 należy odczytywać jako 12 października 2006 roku.

O CINIENIU KRWI**Czym jest ciśnienie krwi?**

Krew pompowana przez serce do reszty organizmu wywiera ciśnienie na ściany naczyń krwionośnych. Zjawisko to nazywa się ciśnieniem krwi.

Ciśnienie krwi zmienia się w zależności od części ciała i zależy od pulsu, elastyczności naczyń krwionośnych i gęstości krwi.

Ciśnienie mierzone w momencie wypompowywania przez serce krwi do organizmu nazywa się ciśnieniem skurczowym. Ciśnienie mierzone w momencie wpompowywania krwi z organizmu do serca nazywa się ciśnieniem rozkurczowym.

Oba typy ciśnienia podaje się zwykle razem, na pierwszym miejscu umieszczając zawsze ciśnienie skurczowe. Jeśli odczyt ciśnienia krwi wynosi „120/70” (czytaj „120 na 70”), oznacza to, że ciśnienie skurczowe krwi wynosi 120, a rozkurczowe 70.

Jednostką odczytu ciśnienia krwi jest mmHg (milimetr słupa rtęci).

Dlaczego ciśnienie krwi się zmienia?

Ciśnienie krwi zmienia się w ciągu dnia i w ciągu życia danej osoby. Na wysokość ciśnienia wpływa wiele czynników, z czego należy zdawać sobie sprawę przy dokonywaniu pomiaru. Należy na przykład pamiętać, że:

- W ciągu dnia ciśnienie krwi jest wyższe niż w nocy.
- Ciśnienie zwiększa się nieznacznie tuż po posiłku. Ciśnienie może również wzrosnąć, jeśli posiłek zawierał znaczne ilości soli.
- Lekki wysiłek fizyczny (np. spacer lub trucht) powoduje nieznaczny wzrost ciśnienia skurczowego, a intensywny wysiłek powoduje jego znaczny wzrost. Ciśnienie spada jednak gdy ciało powraca do stanu odpoczynku. Brak wysiłku fizycznego powoduje permanentny wzrost poziomu ciśnienia.
- Ciśnienie może wzrosnąć w stanie podniecenia, stresu lub napięcia.
- Nagłe zmiany klimatu mogą powodować wzrost ciśnienia.
- Ciśnienie skurczowe zwiększa się wraz z wiekiem.
- U kobiet ryzyko zwiększonego ciśnienia wzrasta po menopauzie.

- Inne czynniki powodujące wzrost ciśnienia to brak dostatecznej ilości snu, picie alkoholu, otyłość i niektóre choroby.
- Wzrost ciśnienia mogą powodować kąpiele i załatwianie potrzeb fizjologicznych.

Kiedy ciśnienie krwi jest zbyt niskie lub zbyt wysokie?

Wysokie ciśnienie krwi zwane jest również nadciśnieniem. Niskie ciśnienie krwi zwane jest również niedociśnieniem. W poniższej tabeli znajdują się wartości graniczne zbyt wysokiego lub zbyt niskiego ciśnienia krwi.

Nazwa	Ciśn. skurczowe	Ciśn. rozkurczowe
Nadciśnienie	> 140 mmHg	> 90 mmHg
Ciśnienie prawidłowe wysokie	130-139 mmHg	85-89 mmHg
Normalny	91-129 mmHg	51-84 mmHg
Niedociśnienie	< 90 mmHg	< 50 mmHg

Dlaczego należy mierzyć ciśnienie krwi?

Ciśnienie krwi wzrasta w naturalny sposób wraz z wiekiem, lecz może także być pierwszym objawem choroby, otyłości lub miażdżycy tętnic, która zwiększa między innymi ryzyko powstania zakrzepów. Zaleca się więc stałe monitorowanie ciśnienia i w przypadku gdy wydaje się zbyt wysokie lub zbyt niskie, skontaktowanie się z lekarzem.

Uwaga! Nie stosować do stawiania diagnoz medycznych. Przeznaczone wyłącznie do uzyskiwania wyników referencyjnych. Jeżeli odczyty z ciśnieniomierza wydają się nieprawidłowe, należy skontaktować się z lekarzem. Podczas pobierania odczytów należy zawsze stosować się do procedury określonej w niniejszej instrukcji użytkownika.

PRZYGOTOWANIE URZĄDZENIA

Wkładanie baterii

- Zdejmij pokrywę baterii (5), przesuwając ją w kierunku oznaczonym strzałką.
- Włóż dwie baterie typu AAA. Sprawdź, czy zachowana została właściwa

polaryzacja baterii (patrz schemat w otworze na baterie.) Załóż pokrywę.

- Baterie należy wymieniać, kiedy na wyświetlaczu (7) pojawia się symbol baterii (g).
- Uwaga! Jeżeli wymiana baterii trwa krócej niż 1 minutę, resetowanie zegara nie będzie konieczne, a wszelkie zapisane odczyty ciśnienia (patrz poniżej) pozostaną zarejestrowane w pamięci urządzenia. Jeśli operacja wymiany baterii zajęła więcej niż jedną minutę, na wyświetlaczu pojawią się przez chwilę wszystkie symbole. Urządzenie wyda krótki sygnał dźwiękowy i zostanie zresetowane. Zapisane wcześniej odczyty ciśnienia zostaną usunięte. Na wyświetlaczu wyświetlana jest godzina zerowania.

Ustawianie zegara

- Naciśnij i przytrzymaj przycisk zasilania (10), aż oznaczenie roku na wyświetlaczu zacznie migać. Ustaw rok przy pomocy przycisku R (9). Po wybraniu właściwego ustawienia naciśnij przycisk zasilania.
- Jeżeli przytrzyma się wciśnięty przycisk, wyświetlacz będzie szybko zmieniał wskazanie.
- Na wyświetlaczu zacznie migać liczba oznaczająca miesiąc. (Uwaga! Urządzenie wyświetla miesiąc poprzedni względem daty bieżącej). Wprowadź liczbę oznaczającą miesiąc w ten sam sposób, jak w przypadku wpisywania roku i pod właściwym ustawieniu naciśnij przycisk zasilania.
- Następnie ustaw w ten sam sposób jak powyżej migające pola dnia, godziny i minuty.
- Na wyświetlaczu pokaże się data (f) oraz godzina/rok (h).

OBŚLUGA URZĄDZENIA

Przygotowanie do odczytu ciśnienia krwi

- Przez 5-10 minut przed dokonaniem pomiaru pozostawaj w pozycji siedzącej lub leżącej.
- Przed dokonaniem pomiaru nie jedz, nie pal papierosów, nie pij alkoholu, kawy lub herbaty, nie korzystaj z kąpiele i unikaj wysiłku fizycznego.
- Bezpośrednio przed dokonaniem pomiaru nie załatwiał potrzeb fizjologicznych.

- Nie dokonuj pomiaru, jeżeli jesteś w stanie podniecenia, stresu lub napięcia.
- Podczas dokonywania pomiaru odpręż się i nie rozmawiaj.

Odczyt ciśnienia krwi

- Umieść opaskę (4) na jednym z nadgarstków, tak aby urządzenie znajdowało się na wewnętrznej stronie Twojego ramienia i zaciśnij ją, używając do tego celu paska Velcro.
 - o Pomiaru można dokonywać na lewym lub prawym nadgarstku.
 - o Opaska powinna być napięta, ale nie powinna uciskać.
 - o Brzeg opaski powinien znajdować się o 0,5-1 cm od dłoni.
- Umieść ramię z urządzeniem na poduszce ułożonej na stole, z wewnętrzną stroną dłoni zwróconą ku górze i urządzeniem ustawionym mniej więcej na wysokości serca.
- o Nieprzestrzeganie tego zalecenia może spowodować niedokładny odczyt ciśnienia.
- Włącz urządzenie za pomocą przycisku zasilania.
- Urządzenie wyemituje dwa krótkie sygnały dźwiękowe, a na wyświetlaczu migać będzie cyfra 0. Po chwili ciśnienie w opasce zwiększone zostanie do 185 mmHg (jest ono stale wyświetlane na wyświetlaczu).
- o Urządzenie wydawać będzie ciągly brzęczący dźwięk, a opaska napęlni się powietrzem.
- Po zwiększeniu ciśnienia w opasce do 185 mmHg wyświetlana liczba zacznie się zmniejszać i rozpocznie się pomiar ciśnienia.
- o Podczas odczytywania pomiaru urządzenie wyda serię sygnałów dźwiękowych.
- o Mierzony jest także puls, a na wyświetlaczu pojawi się symbol pulsu (e).
- o Jeśli ciśnienie w opasce jest zbyt niskie, zostanie ono automatycznie zwiększone.
- Po odczytaniu pomiaru ciśnienia krwi urządzenie wyemituje krótki sygnał dźwiękowy, a na wyświetlaczu pojawi się odczyt ciśnienia skurczowego (l), ciśnienia rozkurczowego (k), pulsu (j) i godziny.
- W zależności od wartości pomiaru wyświetlany jest odpowiedni symbol:

niedociśnienie (d), ciśnienie prawidłowe (c), ciśnienie prawidłowe wysokie (b) lub nadciśnienie (a).

- Wyniki pokazane są na wyświetlaczu przez około 3 minuty, a następnie automatycznie zapisywane.
 - o Naciśnięcie przycisku zasilania również spowoduje zapisanie wyników. Zostaną wyemitowane dwa sygnały dźwiękowe.
 - o Po zapisaniu wynik zniknie z wyświetlacza.
- Jeżeli zachodzi potrzeba dokonania kilku pomiarów, przed każdym z nich należy odczekać 5-10 minut.
- o Uwaga! Pojedynczy pomiar nie świadczy o stanie zdrowia. Pewne wyobrażenia na ten temat można powziąć dopiero po dokonaniu serii pomiarów.

Zapisywanie i przenoszenie wyników pomiarów

- Urządzenie może zapamiętać 80 odczytów. Ostatni odczyt zostaje zawsze zapisany w pamięci pod numerem 01. Starsze odczyty przenoszone są w dół listy wraz z zapisami nowych pomiarów i kasowane, kiedy pamięć zostanie wypełniona.
- Podłącz dostarczony kabel USB (3) do portu USB (6), aby przenieść dane do pamięci komputera. Dane można następnie wyświetlić i przetwarzać przy użyciu oprogramowania dostarczonego na płycie CD (2). Patrz podręcznik użytkownika oprogramowania na płycie CD.

Wyświetlanie zapisanych wyników pomiarów

- Naciśnij przycisk R, aby zobaczyć zapisane pomiary.
- Pierwszy zapisany pomiar (01) zostanie pokazany przez około 4 sekundy. Na wyświetlaczu pojawiają się wszystkie dane dotyczące pomiaru oraz numer pomiaru (i).
- Naciśnij kilkakrotnie przycisk R, aby zobaczyć wszystkie kolejne pomiary. Przytrzymaj i naciśnij przycisk, aby przewinąć odczyty. Zawsze wyświetlany jest numer odczytu.
- o Możesz także nacisnąć przycisk T (8), aby szybko przewinąć zapisane

pomiary.

- Urządzenie automatycznie przejdzie do wyświetlania godziny.

Kasowanie zapisanych wyników pomiarów

- Wyjmij baterie i odczekaj 2 - 3 minuty. Ponownie włóż baterie do urządzenia.
Pamięć zostanie zresetowana.
- o Pamiętaj, aby zresetować zegar.

KOMUNIKATY BŁĘDÓW

Urządzenie rejestruje wszelkie problemy i wyświetla następujące komunikaty błędów na wyświetlaczu:

Komunikat błędu	Znaczenie	Przyczyna	Rozwiązanie
ER-1	Błąd podczas zwiększania ciśnienia	1. Opaska nie jest założona prawidłowo. 2. Opaska jest uszkodzona. 3. Pompka lub zastawki są uszkodzone.	1. Załóż opaskę prawidłowo. 2. Skontaktuj się ze sprzedawcą. 3. Skontaktuj się ze sprzedawcą.
ER-2	Zakłócenia lub dźwięki podczas odczytu	1. Osoba badana porusza się lub rozmawia podczas odczytu. 2. Osoba badana zachowuje się zbyt nerwowo.	1. Osoba badana musi podczas odczytu siedzieć nieruchomo i nie rozmawiać. 2. Poprosić o dokonanie odczytu lekarza.
ER-3	Błąd przy opróżnianiu opaski	1. Zastawki są uszkodzone. 2. Opaska nie jest założona prawidłowo.	1. Skontaktuj się ze sprzedawcą. 2. Załóż opaskę prawidłowo.
ER-4	Nieprawidłowy odczyt	Osoba badana może mieć problemy kardiologiczne.	Skontaktuj się z lekarzem.
HI	Zbyt wysokie ciśnienie w opasce.	Zablokowany przewód powietrza, uszkodzony mechanizm pompki lub awaria ciśnieniomierza.	Spróbuj dokonać następnego odczytu lub skontaktuj się ze sprzedawcą.
Symbol baterii	Rozładowane baterie	Baterie są prawie rozładowane.	Wymień baterie.

PRZECHOWYWANIE

Jeżeli urządzenie nie jest wykorzystywane, należy je przechowywać w dostarczonym pudełku (1). Przechowywać w suchym, chłodnym miejscu. Jeżeli urządzenie nie będzie wykorzystywane przez dłuższy czas, należy wyjąć z niego baterie.

CZYSZCZENIE

Podczas czyszczenia urządzenia należy zwrócić uwagę na następujące wskazania:

- Do czyszczenia urządzenia należy stosować miękką, suchą szmatkę.
- Opaskę na nadgarstek można czyścić wilgotną szmatką z niewielką ilością detergentu.
- Do czyszczenia urządzenia nie wolno używać silnie działających, żrących lub ściernych środków czyszczących, ponieważ mogą one spowodować zarysowanie powierzchni.

INFORMACJE O UTYLIZACJI I RECYKLINGU TEGO PRODUKTU

Ten produkt marki Adexi oznaczony jest następującym symbolem: 

Oznacza to, że produktu nie należy wyrzucać wraz z normalnymi odpadami gospodarstwa domowego, ponieważ zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny należy utylizować osobno.

Zgodnie z dyrektywą WEEE (w sprawie zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego), każde państwo członkowskie ma obowiązek zapewnić odpowiednią zbiórkę, odzysk, przetwarzanie i recykling zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego. Gospodarstwa domowe na obszarze UE mogą nieodpłatnie oddawać zużyty sprzęt do specjalnych zakładów utylizacji odpadów. W niektórych państwach członkowskich można zwrócić zużyty sprzęt sprzedawcy, u którego dokonano zakupu, pod warunkiem zakupienia nowego sprzętu. Aby uzyskać więcej informacji na temat postępowania ze zużytym sprzętem elektrycznym i elektronicznym, należy zwrócić się do sprzedawcy, dystrybutora lub władz miejskich.

WARUNKI GWARANCJI

Gwarancja nie obejmuje następujących przypadków:

- jeżeli nie przestrzegano niniejszej instrukcji,
- jeżeli urządzenie poddano modyfikacji bez upoważnienia
- jeżeli urządzenie było użytkowane w sposób niewłaściwy, nieostrożny lub zostało uszkodzone,

Z uwagi na ciągłe udoskonalanie naszych produktów pod względem ich funkcjonalności i stylistyki, zastrzegamy sobie prawo do wprowadzania zmian w produkcie bez uprzedzenia.

IMPORTER

Adexi Group

www.adexi.eu

Firma nie ponosi odpowiedzialności za błędy w druku.